

Hier die wichtigsten Tipps für Sie:

- Greifen Sie das Interesse und die Signale Ihres Kindes auf und gehen entsprechend darauf ein. Ohne Ihre Begleitung kann das Kind seine Wahrnehmung im Körper nicht einordnen und weiß nicht, wie es damit umgehen soll. Werden die Signale nicht aufgegriffen oder gar ignoriert, ignoriert auch das Kind mit der Zeit die Reize aus seinem Körper.
- Geben Sie Ihrem Kind Zeit! Unter Druck kann Ihr Kind nicht loslassen. Unser Verdauungssystem ist ein sehr sensibles Organ.
- Bestätigen Sie auch kleine Schritte in die richtige Richtung und freuen Sie sich mit Ihrem Kind über seine „Erfolge“. Übermäßige Geschenke braucht es nicht, ganz im Gegenteil, sie würden das Thema sehr bedeutungsvoll machen und Druck erzeugen.
- Schimpfen Sie nicht und strafen Sie Ihr Kind nicht, wenn etwas mal daneben geht. Kein Kind tut dies mit Absicht!
- Ermöglichen Sie Ihrem Kind so viel Selbständigkeit wie möglich: Zeigen Sie Ihrem Kind, was es machen muss, um sich zu reinigen. Lassen Sie Ihr Kind so viel wie möglich mithelfen, z.B. Abdrücken, Toilettenpapier bringen etc. Bringen Sie ihm bei, sich alleine an- und auszuziehen.
- Vermeiden Sie Vergleiche mit anderen Kindern und geben Sie Ihrem Kind das Gefühl, auf seinem eigenen Weg alles richtig zu machen.

Bitte scheuen Sie sich nicht, sich bei uns zu melden, wenn Sie Fragen haben und sich Sorgen machen.

Wir sind für Sie da: am Telefon, per Mail und im persönlichen Gespräch.



Stadt Herne

Mit Grün. Mit Wasser. Mittendrin.

(März 2021)

Familien- und Schulberatungsstelle

Wilhelmstr. 88

44649 Herne

Tel. 02323 163640

Familien-Schulberatung@herne.de



Raus aus der Windel - rauf auf's Töpfchen Oder: Der entspannte Weg zum Thron



Wie schön, wenn ein Kind verlässlich und eigenständig zur Toilette geht und in der Mülltonne wieder mehr Platz ist. Der Weg bis dahin ist, wie bei vielen anderen Themen in der kindlichen Entwicklung (z.B. sprechen lernen), ein individueller. Leider hilft weder ständiges fleißiges Üben, um schneller trocken bzw. sauber zu werden, noch gibt es „geheime“ Tricks und Patentrezepte. Dennoch warten viele Eltern sehnsüchtig auf den Zeitpunkt des Trocken- und Sauberwerdens. Früher galt dieser Entwicklungsschritt sogar als Eintrittskarte in den Kindergarten, galt als sichtbarer Erfolg einer konsequenten Erziehung. Das ist zum Glück heute nicht mehr so. Trotzdem ranken sich immer noch Mythen und Märchen rund um das frühe Trocken werden. Heute weiß man, dass die Kontrolle von Blase und Darm keinen Wettkampf und keinen Leistungsdruck verträgt! Im Gegenteil: Eine zu frühe und zu strenge Sauberkeitserziehung kann die Entwicklung der Kinder nachhaltig stören.

Wann ein Kind trocken wird, hängt maßgeblich davon ab, dass sein Gehirn und das Nervensystem dafür ausgereift sind. Reize aus der Blase oder dem Darm müssen direkt im Gehirn ankommen, dort richtig verarbeitet und in entsprechende Handlungsschritte umgesetzt werden. Eine willentliche Kontrolle des Darms und der Blase ist deshalb bis zu einem Alter von 18 Monaten noch nicht möglich. Der Prozess der bewussten Wahrnehmung und damit verbunden das Interesse für das Töpfchen setzt bei den meisten Kindern im Alter zwischen 2 und 3 Jahren ein. „Leider“ macht die Blase dabei eher sachte auf sich aufmerksam und entleert sich häufiger und unregelmäßiger. Das „große Geschäft“ dagegen ist für die Kinder eindeutig wahrnehmbar. Das richtige Timing bei der Blasen- und Darmentleerung entwickelt sich in verschiedenen Schritten, die unterschiedlich lang dauern und aufeinander aufbauen.

Im ersten Schritt spürt und sieht das Kind, dass etwas in seinem Körper passiert: Es ruft „Pipi“ während es bereits in die Hose läuft. Seien Sie nicht beunruhigt oder enttäuscht, das ist kein Missgeschick, sondern der erste Schritt in die richtige Richtung. Bestärken Sie Ihr Kind, dass es alles richtig erkannt und benannt hat. Bitte noch nicht gleich das Töpfchen unterschieben, das könnte das Kind irritieren oder unter Druck setzen.

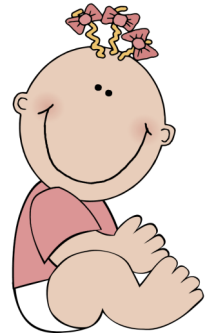
Im nächsten Schritt kann das Kind die Anzeichen von „Pipi“ bzw. „Aa“ schon früher und besser erkennen. Das Kind wird unruhig, meldet sich evtl. auch und sucht sich einen Ort, an dem es in Ruhe seine Blase oder den Darm entleeren kann.

Allerdings hat das Kind noch keine vollständige Kontrolle und kann somit nicht länger anhalten. Es kann nun hilfreich sein, das Töpfchen oder die Toilette (möglichst mit Sitzverkleinerung) anzubieten. Manche möchten trotz der Angebote noch in die Windel machen.



Alles Drängen und Meckern Ihrerseits nützt hier nichts, dieser Entwicklungsschritt kann dauern. Unterstützen Sie das sich jetzt entwickelnde Interesse des Kindes an seinen Ausscheidungen und an der Toilette, z.B. auch mit Hilfe von Bilderbüchern zu diesem Thema.

Je besser das Kind die Signale des Drangs spürt, desto schneller kann es mit Ihrer Unterstützung Pipi oder auch das „große Geschäft“ auf das Töpfchen oder in die Toilette abgeben. Was für uns Erwachsene völlig normal und alltäglich ist, ist für Ihr Kind aufregend und neu. So sind kleine Pannen und nasse Hosen vorprogrammiert. Halten Sie in dieser Zeit ausreichend Wechselwäsche bereit oder helfen Sie Ihrem Kind mit Windelhöschen, die kann das Kind allein an- und ausziehen.



Anfangs erlebt das Kind seine Ausscheidungen als ein Teil von sich und reagiert irritiert, wenn wir Erwachsenen zwar loben, aber dann doch die Nase rümpfen und alles schnell in die Toilette herunterspülen. Geben Sie Ihrem Kind die Zeit, sich seine Ausscheidungen anzusehen und zu bewundern, bevor Sie sie wegschütten. Erst allmählich löst sich das Kind von diesem Gedanken, und ahmt nun bereitwillig unsere Handlungen des Saubermachens und Wegspülens nach.

Während die meisten Kinder ab dem 3. bis 4. Lebensjahr nun tagsüber schon sicher ihre Blasenentleerung beherrschen, braucht es oft noch etwas Geduld für das Harnanhalten nachts. Hier ist als Übergangslösung eine Windel oder wasserdichte Unterlage zu empfehlen. Während man früher mit Klingelhose, nächtlichem Wecken und sonstigen Methoden versucht hat, die Blasenkontrolle zu trainieren, ist man heute deutlich entspannter und lässt den Kindern die Zeit, die sie brauchen.