



Trocken und Sauber werden

Was braucht es, dass das Kind trocken bzw. sauber werden kann?

Die Säuglinge entleeren ihre Blase ganz spontan.

Mit der Entwicklung zum Kleinkind lernt das Kind, den Schliessmuskel der Blase/ Harnröhre bewusst zu steuern. Wenn der Reifungsprozess abgeschlossen ist und auch der Beckenboden stark genug ist, gelingt es auch über längere Zeit sowie nachts, die Blase zu kontrollieren. Durch das Hormon Adiuretin wird nachts auch weniger Urin gebildet. Die Signale der Blasenentleerung sind für die Kleinkinder weniger deutlich spürbar als diejenigen der Darmentleerung, deshalb presst es anfangs auch oft.

Die meisten Kinder verrichten den Stuhlgang regelmässig zur gleichen Tageszeit. Das Kind nimmt wahr, dass es im Bauch rumort und etwas auf den Anus Schliessmuskel drückt.

Wenn das Kind diese Anzeichen wahrnimmt, ist es von den körperlichen Zeichen parat.

Welche Entwicklungsschritte braucht es zusätzlich vom Kind?

- ✚ Das Kind zeigt anhand der Mimik, Haltung oder schon verbalen Äusserung, dass es Urin oder Stuhlgang verspürt. Dies beginnt mit ca. 18 Mte., kann aber auch früher oder später sein.
- ✚ Es sollte die Hose selber herunterziehen können
- ✚ Das WC/der Topf sollte so eingerichtet sein, dass es für das Kind gut und selbständig erreichbar ist.
- ✚ Es braucht Zeit und Geduld sowohl von den Eltern wie auch vom Kind.
Das Kind muss die angekündigten Zeichen wahrnehmen, evtl. melden und rasch genug reagieren, damit es rechtzeitig auf dem Klo ist.
- ✚ Vor allem braucht es aber Eigeninitiative des Kindes und das Bereitsein des Los-lassens. Eigeninitiative heisst, dass es aus eigenem Antrieb handelt, es rennt selbst zur Toilette, probiert die Windel-Hose auszuziehen. Es will bezüglich Ausscheidung selbständig werden.

Welche Unterstützung braucht es von den Eltern?

- ✚ Eltern sind auch hier Vorbilder: Lassen Sie Ihr Kind bei Ihrem Toilettengang dabei sein, wenn es dies möchte.
- ✚ Als Vorbild ist es wichtig, Ihrem Kind einen ungezwungenen Umgang vorzuleben. Das heisst: benennen Sie die Körperteile, kommentieren Sie Ihre Handlungen.
- ✚ Das Kind soll Kleider tragen, die es rasch selbst ausziehen kann.
- ✚ Kommunizieren Sie Ihre Ziele bzgl. Trockenwerden: « ich sehe, du bist schon in vielem sehr selbständig, nun finde ich es schön, wenn du auch die Windeln nicht mehr brauchst»!
- ✚ Schauen Sie mit Ihrem Kind ein Bilderbuch über das Trocken/ Sauber werden an oder erfinden Sie selbst eine Geschichte zu diesem Thema.
- ✚ Üben Sie keinen Druck auf das Kind aus.
- ✚ Es wird immer wieder Missgeschicke geben, das ist normal. Bleiben Sie ruhig; das Kind ist am Lernen und macht dies nicht mit Absicht.
- ✚ Anerkennen Sie kleine Fortschritte.
- ✚ Es ist wichtig, dass Sie als Eltern bereit sind, Ihr Kind in die Selbständigkeit zu begleiten und ihm diesen Schritt zutrauen.

Stolpersteine können sein:

- Angst vor Veränderung
- Angst vor dem Loslassen
- Falsches Material, z.B.: die Kleider können schwer geöffnet werden, WC zu hoch, WC-Öffnung zu gross. Kein Bodenkontakt mit den Füßen.
- Trennung von der gewohnten Umgebung und/oder Person.
- Veränderungen in der Familie, eine neue Situation tritt ein. Zum Beispiel ein Familienzuwachs, Kindsmutter geht wieder arbeiten, Fremdbetreuung, usw.
- Umfeld übt zu viel Druck auf das Trocken werden aus.
- Ungeduld, Zeitmangel und/oder äussere Umstände belasten die Familie
- Die Eltern trauen es dem Kind noch nicht zu.
- Physische Auswirkungen: Harnwegsinfektion, Missbildungen oder Funktionsstörungen. Diese sollten durch den Kinderarzt abgeklärt werden
- Das Kind wünscht sich mehr Aufmerksamkeit von den Eltern: Es möchte nochmals 'klein' sein, oder mit Mama und Papa allein sein.

Bei Einnässen nach dem 5. Lebensjahr wenden Sie sich bitte an Ihren Kinderarzt.

Quellen:

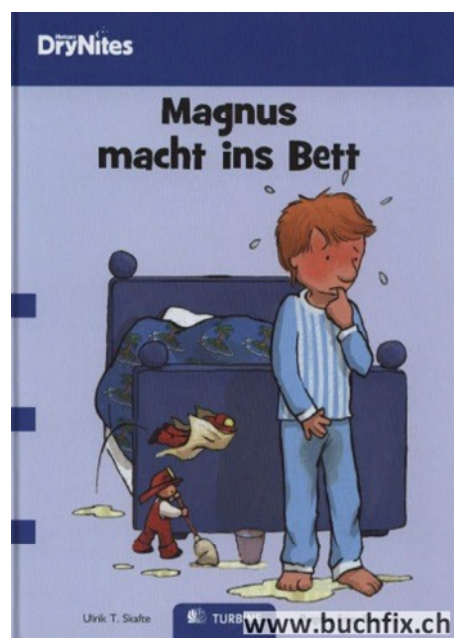
- Kinderjahre, Remo H. Largo, Piper Verlag, ISBN: 978-3-492-05902-2
- <https://famigros.migros.ch/de/baby-und-kleinkind/babyentwicklung/babys-drittes-jahr/ratgeber-trocken-werden>
- Der kleine Zauberer Windelfutsch, Bärbel Spathelf, Albarello, ISBN: 978-3-930299-36-2

Ihre Notizen:

Bilderbücher:



ISBN: 978-3-930299-36-2



ISBN: 978-87-7090-236-6



Habich-Dietschy-Str. 1
CH-4310 Rheinfelden

Telefon +41 61 831 57 54
info@muebe.ch / www.gsbr.ch