

# Weg von der Windel – so gelingt die Sauberkeitserziehung

## Körperliche und Geistige Reife

Entscheidend wichtig für die Fähigkeit, sauber und trocken zu werden, ist dabei die Ausbildung der Nervenverbindungen im Gehirn und das Zusammenwachsen des Großhirns und Stammhirns. Dies geschieht etwa zwischen dem 2. und 3. Lebensjahr.

Erst wenn dies geschehen ist, kann ein Signal „Achtung, gleich muss sich die Blase entleeren“ überhaupt in das Bewusstsein eines Kindes dringen.

1. eines Druckgefühls in der Blase bzw. Anus
2. Erkennen von Zusammenhängen zwischen dieser Wahrnehmung und Entleerung.
3. Signalisieren des Bedürfnisses – eine Bezugsperson nimmt das wahr und reagiert regelhaft!
4. Wahrnehmung Willkürliche Kontrolle über den Schließmuskel
5. Das Kind ist grundsätzlich in der Lage Handlungen auf später zu verschieben
6. Das Kind ist in der Situation motiviert, die Toilette bzw. das Töpfchen aufzusuchen.
7. Zunehmend kann es den Problemlöseprozess von der Wahrnehmung bis zum Gang zur Toilette selbstständig lösen.

Der Darm ist leichter zu kontrollieren als die Blase. Er muss seltener entleert werden und seine Signale sind eindeutiger und regelmäßiger.

Nur wenige Kinder sind am Ende des 2. Lebensjahres bereit sauber und trocken zu werden. Die meisten Kinder werden erst im Verlauf des 3. und 4. Lebensjahres. Die „heiße Phase“ des Abschieds von der Windel dauert geschätzt ca. 6- 8 Wochen, es ist natürlich von Kind zu Kind und Familie zu Familie verschieden.

## Der richtige Zeitpunkt

Der Abschied von der Windel ist ein großer psychischer Prozess für das Kind. Der Abschied kann nicht beschleunigt werden, aber behutsam begleitet werden. Dieser Entwicklungsprozess dauert rund 2 Jahre.

Meist signalisiert das Kind selbst den richtigen Zeitpunkt. Z. B. zieht es sich zurück, wenn es in die Windel macht, lässt sich nicht mehr gerne wickeln, meldet sich wenn die Windel voll ist. Zieht sie vielleicht auch allein aus. Die Kinder sind neugierig und interessiert. Sie möchte andere auf die Toilette begleiten und beobachten genau deren Tun beobachten. Dem Beobachten folgt das Nachahmen und Imitieren wollen. Kinder interessieren sich nun für ihre Ausscheidungen und stellen Fragen. Auch typisch für den Start ist die „Meldung im Nachhinein“. Das Kind sagt es, wenn es in die Windel gemacht hat.

## Unterstützende Maßnahmen

- Bis die Kinder den körperlichen Vorgang steuern lernen, brauchen Eltern viel Geduld und gute Nerven.
- viele Kinder wollen sich nicht auf die Toilette setzen, aus Angst sie fallen hinein. Hier wäre ein Töpfchen oder Toiletteinsatz nützlich. Bodenkontakt mit den Füßen kann eine Unterstützung sein. Auch ein Hocker kann eine Hilfe sein.
- Loben ist immer besser als bestrafen! Trösten und aufmuntern ist viel wichtiger als zu schimpfen, wenn etwas schief geht!
- Das Kind soll gelobt werden, wenn es den Zusammenhang richtig umsetzt. Etwa wenn es sagt, dass es jetzt muss, die Toilette ansteuert, die Hose runterzieht und sich setzt. Auch dann wenn die Sache noch nicht ganz geklappt hat.
- Alle Kinder sind mächtig stolz auf ihr „Produkt“, sie ekeln sich nicht. Deshalb haben manche Kinder Probleme mit der Toilettenspülung. Für sie verschwindet damit ein Teil von Ihnen. Wenn das Kind verstört reagiert,

### Hinweis:

Diese Elterninformationen und dessen Inhalte sind geistiges Eigentum von Angelika Schreiwis-Brezinova, Inhaberin der Kindertagespflege Spielplatzhelden. Es darf nur für den Eigengebrauch genutzt und nicht vervielfältigt werden.

sollten sie den Töpfchen- bzw. den Toiletteninhalt nicht in seiner Gegenwart entsorgen. Umgekehrt gibt es auch Kinder, die unbedingt auf den Spülknopf drücken möchten.

- Kleidung die das Kind gut selbst an und ausziehen kann.
- Unkontrolliertes Einnässen zwischen dem 2. -4. Lebensjahr sind nicht als Rückfälle zu betrachten, sondern als völlig normale Ereignisse. Solange die Kinder noch keine vollständige Kontrolle über ihre Körperfunktionen haben, ist es besonders wichtig, ihnen kein Versagensgefühl zu vermitteln.
- Pausen während des Prozesses sind normal und kein Rückschritt.
- Es Soll nicht vorschnell erwartet werden, dass das, was in den vertrauten Umgebungen bereits gut funktioniert, sich übergangslos in fremde Umgebungen (während dem Einkaufen) praktizieren lässt.
- Es sollen keine zwei Einschnitte im Leben des Kindes gleichzeitig stattfinden.

### Aufgaben der Erwachsenen

- Geduld, Gelassenheit & Humor
- Dem Kind Zeit lassen
- Richtig reagieren → keine Vorwürfe
- Dem Kind vermitteln über alles sprechen zu dürfen
- Fragen richtig beantworten und richtig benennen

### Sauberkeitserziehung effektiv?

Kinder mit Sauberkeitserziehung werden durchschnittlich mit 30 Monaten trocken, tagsüber werden sie etwas früher, nämlich mit 28 Monaten, nachts dann mit durchschnittlich 33 Monaten trocken.

Kinder ohne Sauberkeitserziehung werden durchschnittlich mit 30 Monaten trocken, tagsüber werden sie etwas früher, nämlich mit 28 Monaten, nachts dann mit durchschnittlich 33 Monaten trocken.

Das identische Ergebnis!

Thomas Berry Brazelton

- Mit „Training“ lässt sich der Reifungsprozess der Darm- und Blasenkontrolle nicht beschleunigen!
- Druck und Zwang wirken störend auf das Erlernen der Ausscheidungsfunktionen aus
- Regelmäßiges Auf-den-Topf- oder Auf-die-Toilette-setzen, nächtliches Wecken, die Kontrolle der Trinkmenge am Abend, Bestrafung, aber auch Belohnung → klassische Sauberkeitserziehung, lässt kein Kind schneller trocken werden.

### Zu frühe Sauberkeitserziehung

Zu frühe Sauberkeitserziehung kann fatale Folgen haben. Das Kind entwickelt Versagensängste, wird rückfällig, nässt im Schlaf ein. Im schlimmsten Fall kommt ergibt sich später ein gestörtes Verhältnis zum eigenen Körper und zur Sexualität. Es wurde festgestellt das Kinder mit Einnäßprobleme dem Kinderarzt vorgestellt werden, mit denen besonders früh eine Sauberkeits-Erziehung begonnen wurde.

Windeln wechseln ist nicht eine lästige Aufgabe, sondern eine Chance zur intensiven Begegnung mit dem Kind. Nähe, Vertrauen und Schutz sind Grundwerte, die gerade in einer Zweiersituation, wie sie das Wickeln bietet, vermittelt werden.

### Rückfälle

Selbst wenn die Blasen-Kontrolle schon recht gut funktioniert, sind Rückfälle etwas völlig Normales. Sie gehören offensichtlich zum Sauberwerden dazu. Eltern sind am meisten verunsichert, wenn bei eigentlich perfekter Blasen-Kontrolle plötzlich mitten am Tag, ganz speziell beim Spielen, Rückfälle passieren. Und dabei sind da die typischsten. Sie werden Spieleifer-Nässer genannt. Das Spieleifer-Nässen ist keine Funktionsstörung, keine Krankheit. Es ist mal ein länger, mal kürzer andauerndes Stadium vor der voll

#### Hinweis:

Diese Elterninformationen und dessen Inhalte sind geistiges Eigentum von Angelika Schreiwis-Brezinova, Inhaberin der Kindertagespflege Spielplatzhelden. Es darf nur für den Eigengebrauch genutzt und nicht vervielfältigt werden.

ausgereiften, kontrollierten Blasenentleerung. Das Kind muss es noch lernen, dass auch in der tollsten Spielsituation die Blasen-Entleerungs-Gesetze gelten.

Auch das Konflikt-Nässen ist bekannt. Sehr häufig geht dem Einnässen ein unruhiger Spiel- oder Aktivitätsverlauf voraus. Gar nicht selten ist das Kind sogar erst auf der Toilette gewesen oder schon mal in die Hose gemacht. Aber dann kommt es zu einem Konflikt mit Freunden, Geschwistern, Eltern, Erzieherin, oder auch eine misslungene Aktion. Wut, Kummer und Tränen sind die Folgen. Das Kind wirkt unruhig, unterbricht seine bisherigen Aktivität und jeden Kontakt mit anderen. Es zieht sich zurück, verharrt oft irgendwo mit leerem Blick- und nässt in dieser selbstgewählten Isolation ein. So kommt es zum typischen Konflikt-Nässen- im Gegensatz zum Spieleifer-Nässen.

## Fazit

„Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht“ – sagt ein afrikanisches Wort.

So ist es auch bei dem Abschied der Windel. Kein Kind kann in seiner Sauberkeit gedrängt werden oder Eltern es durch „Sauberkeitserziehung“ schneller windelfrei bekommen.

Literaturnachweis:

Texte und Inhalte aus der Hausarbeit „Windeln – ohne sie geht lange nichts“ - Kleinstkind Pädagogin S. Burda

„Elternbrief zur Sauberkeitserziehung“ – Fortbildungsgruppe Krippenpädagogik – Rudolf-Balin-Stiftung

„Qualitätslexikon für Krippenprofis“ – G. Lill/W. Sporleder

[www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de) -Entwicklungswege der Sauberkeitserziehung

[www.kinderpflege-aktuell.de](http://www.kinderpflege-aktuell.de) – Zusammenarbeit Eltern und Druck beim Sauberwerden

„Babyjahre“ - Entwicklung und Erziehung in den ersten 4 Jahren – Remo H. Largo

„Mein Kind braucht keine Windel mehr“ – Dr. med. Hans-Joachim Kreisel, Verena Zemme

„Wie Kinder Trocken werden können“ – Gabriele Haug- Schnabel

## Hinweis:

Diese Elterninformationen und dessen Inhalte sind geistiges Eigentum von Angelika Schreiwis-Brezinova, Inhaberin der Kindertagespflege Spielplatzhelden. Es darf nur für den Eigengebrauch genutzt und nicht vervielfältigt werden.