



ERZIEHUNGSFRAGEN SIND GANZ NATÜRLICH.....

Dr. Annemarie KUMER
PSYCHOLOGIN

K a m p f u m d e n T o p f S a u b e r k e i t s e r z i e h u n g

Unsere Großmütter wetteiferten in der Sauberkeitserziehung ihrer Kinder. Möglichst früh – oft noch im ersten Lebensjahr – hatte ein Kind sauber zu sein, das galt als Beweis gelungener Erziehung. Damals gab es weder elektrische Waschmaschinen noch Wegwerfwindeln, was den Ehrgeiz der damaligen Müttergeneration, das Kind schnell „sauber“ zu bekommen, verständlich macht.

Heute, im Zeitalter der Höschenwindeln, können die meisten Eltern etwas lockerer an das Thema Sauberkeitserziehung herangehen. Trotzdem erweist sich oft gerade dieser Erziehungsbereich als Quelle vieler Konflikte.

Das Ausscheiden von Harn und Stuhl ist vorerst ein Vorgang, den das Kind nicht willentlich steuern kann. Die Kontrolle der Schließmuskeln gelingt erst, wenn die beteiligten Nerven und Muskeln genügend entwickelt sind.

Wie auch in anderen Bereichen, wie z.B. beim Laufen lernen oder beim Erwerb der Sprache, sind auch bei der Entwicklung der Darm- und Blasenkontrolle große individuelle Unterschiede zu beobachten. Frühestens im Laufe des zweiten Lebensjahres entwickeln Kinder die Fähigkeit, willentlich Harn und Stuhl abzusetzen. Manche Kinder gewinnen die Kontrolle über Darm und Blase erst viel später. Auch das darf keinesfalls Grund sein, das Kind unter vermehrten Druck zusetzen.

Wann der Zeitpunkt gekommen ist, ab dem das Kind seelisch und körperlich reif dazu ist, seine Ausscheidungsorgane kontrollieren zu lernen, erkennen Sie daran, dass das Kind nun in der Lage ist, den Vorgang der Darm- und Blasenentleerung bewusst wahrzunehmen. Dieser Entwicklungspunkt ist daran erkennbar, dass das Kind versucht, Sie auf diesen Vorgang aufmerksam zu machen, indem es z.B. auf seine Windel deutet. Hat das Kind für Harn und Stuhl schon einen Begriff erlernt, wird es Sie auch mit dem entsprechenden Wort auf den Windelinhalt aufmerksam machen.

Wichtige „Sitzungen“

Es fällt den Kindern vorerst leichter, ihren vollen Darm zurückzuhalten als eine volle Blase. Ihre Bemühungen sollten sich deshalb zuerst auf die Darmkontrolle richten. Dies ist auch deshalb sinnvoll, weil Stuhlgänge bei vielen Kindern mit gewisser Regelmäßigkeit erfolgen und damit vorhersehbar sind. Bieten Sie dem Kind den Topf an, wenn es durch Bewegungen oder durch Laute die bevorstehende Entleerung ankündigt.

Zeigen Sie ihm Ihre Zufriedenheit, wenn die „Sitzung“ erfolgreich war, tadeln Sie das Kind aber keinesfalls, wenn der Topf leer bleibt, auch dann nicht, wenn – was anfänglich öfter passieren wird – das Kind unmittelbar in die frisch angelegte Windel absetzt. Die Kontrolle der Schließmuskulatur ist ein Lernprozess, der wie auch der Erwerb aller anderen Fähigkeiten des Kindes, viel Übung braucht und nicht auf Anhieb klappen kann.

Lassen Sie das Kind nicht zu lange auf dem Topf sitzen – einige Minuten reichen vollkommen. Langes ruhiges Sitzen ist für kleine Kinder anstrengend und könnte dazu führen, dass diese den Topf als unangenehm erleben und ihn ablehnen.

Ihr Kind erlebt seine Ausscheidungsprodukte als etwas Natürliches, als sein „Produkt“ als einen Teil seiner selbst. Daraus erklärt sich, dass viele Kinder in einem unbeobachteten Moment mit ihrem Stuhl zu spielen beginnen. Zu großer Ekel von Ihrer Seite ist für das Kind unverständlich und verwirrt es.

Wenn sich ihr Kind weigert, sich auf den Topf zu setzen, zwingen Sie es keinesfalls dazu. Warten Sie einige Zeit, bevor Sie einen neuerlichen Versuch starten.

Manche Kinder gewinnen Zutrauen zum Topf, wenn sie vorerst die Lieblingspuppe oder den Teddy auf den Topf setzen können, oder aber, wenn sie andere Kinder bei einer „Sitzung“ beobachten können. Vielleicht möchte es Ihr Kind aber lieber ihnen gleichtun und auf die Toilette gehen. Es gibt spezielle Aufsätze, die auch schon kleinen Kindern das Benutzen der Toilette ermöglichen.

Es erweist sich im Zuge der Sauberkeitserziehung als nützlich, wenn Sie Ihrem Kind einige Male erlauben, Sie auf die Toilette zu begleiten. Es erlernt dann problemlos an Ihrem Vorbild, wie man es macht.

Die Kontrolle der Blase setzt voraus, dass die Blase erst einmal mehr Harn zurückhalten kann und damit die Häufigkeit der Ausscheidungen geringer wird. Erste Anzeichen dafür sind trockenere Windeln über längere Zeiträume, z.B. nachdem Mittagsschlaf. Sobald Ihr Kind in der Lage ist, auf Ihren Anstoß hin seine Blase zu entleeren oder Ihnen mitteilt, dass es muss, können Sie tagsüber auf Windeln verzichten. Das Kind sollte allerdings in der Lage sein, den Harndrang einige Minuten zurückzuhalten – für die Zeit, in der Sie es ausziehen.

Rückfälle sind ganz normal !

Rechnen Sie, auch wenn Ihr Kind tagsüber schon sauber ist, mit Rückfällen. Es ist völlig normal, dass Kinder im dritten und vierten Lebensjahr, wenn sie in ein Spiel vertieft sind, wenn sie sich nicht wohl fühlen, oder psychisch belastet sind, die Blasenkontrolle verlieren und in die Hose machen.

Je besser es Ihnen gelingt, kein Aufheben um einen solchen Vorfall zu machen, desto seltener werden solche Rückfälle mit der Zeit werden.

Die nächtliche Kontrolle über ihre Blase gewinnen Kinder frühestens im 3. Lebensjahr, oft aber erst später. Verzichten Sie auf die Nachtwindel erst, wenn Ihr Kind einige Male morgens trocken aufwacht. Ermutigen Sie das Kind, abends vor dem Einschlafen auf den Topf oder auf die Toilette zu gehen. Achten Sie auch darauf, dass das Kinderzimmer und der Weg zu Toilette so weit beleuchtet sind, dass sich das Kind nachts orientieren kann. Und vor allem – nehmen Sie Rückschläge als notwendige Stationen auf dem Weg zu Sauberkeit in Kauf.

Sauberkeitserziehung trägt, wie kaum ein anderer Erziehungsbereich der frühen Kindheit, die Gefahr eines Machtkampfes zwischen Eltern und Kind in sich. Gerade wenn Sie zu viel Druck ausüben, wird das Kind Ihnen beweisen wollen, dass Sie es nicht zum Loslassen der Schließmuskeln zwingen können.

Es ist für Ihr Kind ein riesiger Schritt in die Selbständigkeit, wenn es die Verantwortung für seine Sauberkeit selbst übernommen hat. Unterstützen Sie Ihr Kind bei diesem Schritt durch Angebote, durch Ihr Vorbild, aber vor allem durch **Geduld und Vertrauen** in das individuelle Entwicklungstempo Ihres Kindes.

