



Beratung in Erziehungsfragen – Spitex Einsiedeln Ybrig Alpthal

Ade Windeln – Sauber und Trocken werden

Eltern-Kind Treff 17.03.2016



http://www.beobachter.ch/familie/erziehung/artikel/erziehung_wie-wird-ein-kind-stuberein/



Biologische Grundlagen (1)

► **Vor der Geburt**

- Ab 3. Schwangerschaftsmonat produzieren ungeborene Kinder Urin und geben diesen in regelmässigen Abständen ins Fruchtwasser ab.

► **0 bis 3 Monate**

- Neugeborene zeigen einige Sekunden vor Urin- oder Stuhlabgang an, dass sie müssen.
- Kurzer charakteristischer Schrei, ruckartige Bewegungen mit Armen und Beinen (motorische Unruhe, mimische Reaktionen)

► **4 bis 9 Monate**

- Ca. um 1950 Beginn der Sauberkeitserziehung.
- ABER: obwohl die Kinder sehr früh und mehrmals auf den Topf gesetzt wurden, sind sie nicht früher sauber und trocken geworden als heute (Zürcher Longitudinalstudie).



Biologische Grundlagen (2)

► 10 bis 24 Monate


- Die meisten Eltern beginnen mit der Sauberkeitserziehung, wenn das Kind ca. zwei Jahre alt ist. Manche beginnen erst mit drei oder vier Jahren.
- Einige wenige Kinder sind am Ende des 2. Lebensjahres trocken und sauber, die meisten werden es erst im Verlauf des 3. und 4. Lebensjahres.

► 25 bis 48 Monate

- Ca. 50% der Kinder vollständige Darmkontrolle im 3. Lebensjahr.
 - 10 % machen gelegentlich noch in die Hose oder Windeln.
- Blasenkontrolle setzt etwa im gleichen Alter ein, manchmal ein bisschen später.
- Ca. 25% der Kinder werden erst im 4. Lebensjahr sauber und trocken.

► Kindergartenalter

- Ca. 10% der Kinder nassen nachts noch gelegentlich ein (Jungen häufiger als Mädchen) → oft familiäre Reifungsverzögerung.



Wie entwickelt sich die Darm- und Blasenkontrolle?

- ▶ Kinder müssen lernen, ihren Darm und ihre Blase aktiv zu kontrollieren.
→ Reifungsprozess, der von der körperlichen Entwicklung abhängt !
- ▶ Nicht alle Kinder werden im gleich Alter sauber und trocken.
 - ▶ Darmkontrolle: ca. zwischen 15 Monaten und 3 Jahren.
 - ▶ Blasenkontrolle: ca. zwischen 18 Monaten und 5 Jahren (tagsüber meistens etwas früher als in der Nacht).
- ▶ **FAZIT:**
 - ▶ **Beschleunigen lässt sich der Prozess nicht unbedingt.**
 - ▶ **Grosse Unterschiede wann Kinder trocken werden.**
 - ▶ **Begriffe «Sauberkeitserziehung» und «Sauberkeitstraining» nicht gut gewählt.**



Wann ist der «richtige» Zeitpunkt für ihr Kind?

► Der richtige Zeitpunkt ist dann, wenn das Kind bereit ist dafür ☺

► Notwendiges Können:

Sich dem Drang bewusst werden, dass Blase oder Darm drücken

► Körperhaltung (z.B. in die Hocke gehen, Beine zusammenkneifen, Penis festhalten mit der Hand)

► Gesicht verziehen

Das bewusste Wahrnehmen der Blasen- und Darmentleerung ist notwendige Voraussetzung, diese Vorgänge willentlich zu kontrollieren.

Aktiv Urin- und Stuhlgang zu lassen und zu merken, dass man dringend muss, sind zwei vollkommen verschiedene Sachverhalte.

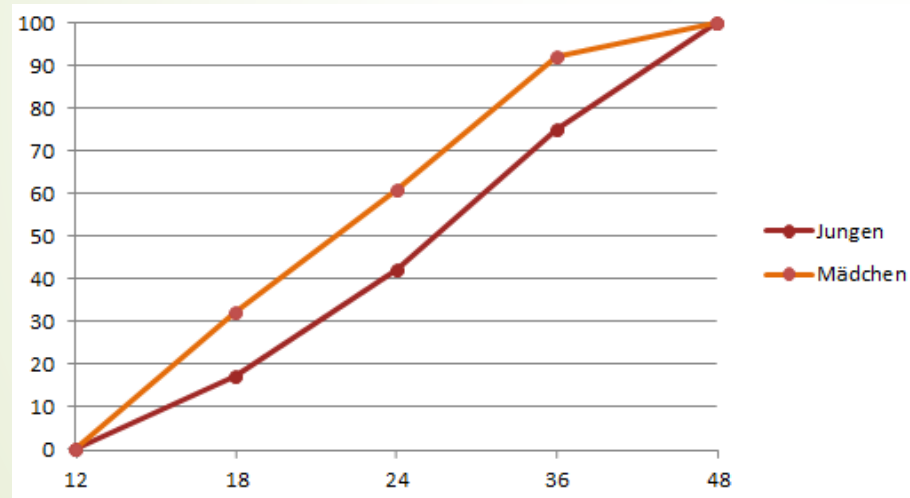
So können Kinder zwar willentlich ins WC machen, es aber doch jeweils nicht oder erst zu spät merken, wenn sie beschäftigt sind.

Statistik 😊

Anteil der Kinder in %, die bis Eigeninitiative zum Sauberwerden zeigen

(Angabe des Alters in Monaten)

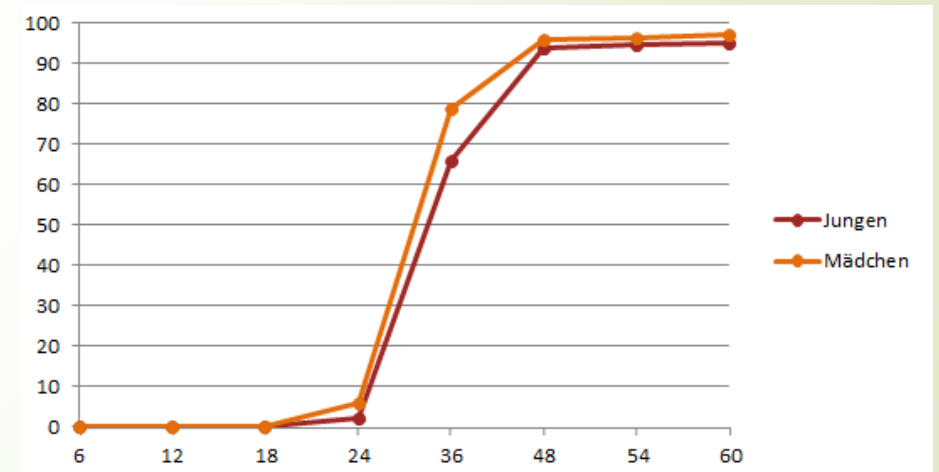
Quelle: "Babyjahre" von Remo Largo



Anteil der Kinder in %, die tagsüber über Blasenkontrolle verfügen

(Angabe des Alters in Monaten)

Quelle: "Babyjahre" von Remo Largo



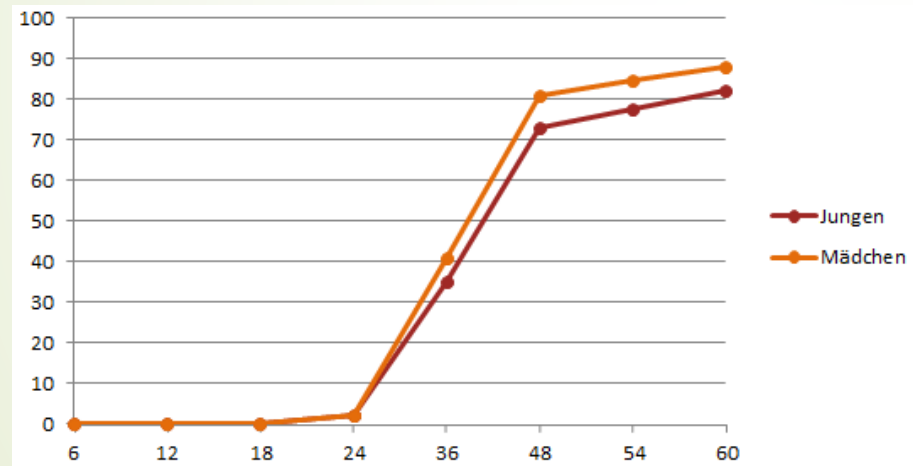
Eigeninitiative frühestens zwischen 12 und 18 Monaten.

Die meisten Kinder zeigen zwischen 18 und 36 Monaten, dass sie trocken und sauber werden wollen.

Anteil der Kinder in %, die nachts über Blasenkontrolle verfügen

(Angabe des Alters in Monaten)

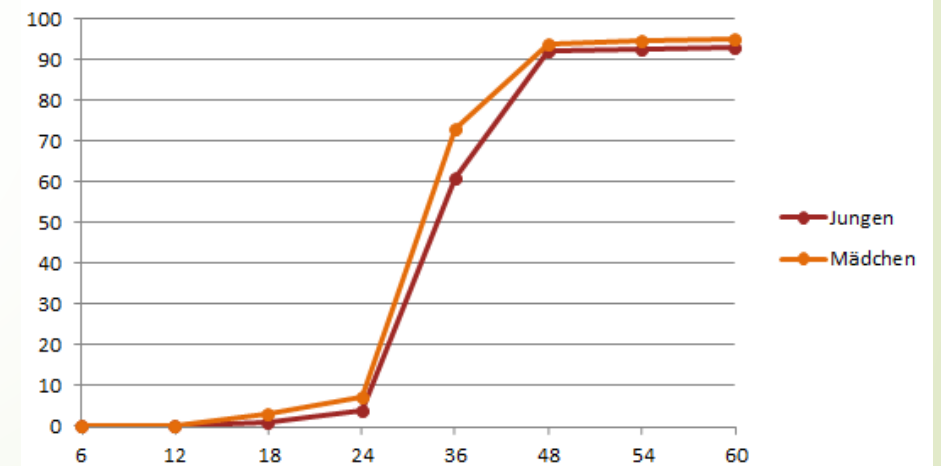
Quelle: "Babyjahre" von Remo Largo




Anteil der Kinder in %, die über vollständige Darmkontrolle verfügen

(Angabe des Alters in Monaten)

Quelle: "Babyjahre" von Remo Largo





Aufgabe der Eltern beim sauber und trocken werden der Kinder 😊

➤ **Vorbilder sein**

- Kinder wollen dabei sein, wenn die «Grossen» ihr Geschäft verrichten.
- Toilettentüren offen lassen.
- Jüngere Geschwister lernen oftmals schnell von den grösseren Geschwistern.
- Kinder lernen durch zusehen und Verhalten imitieren.



Aufgaben der Eltern beim sauber und trocken werden der Kinder 😊

➤ **Verhelfen zur Selbstständigkeit**

- Alleine an- und ausziehen.
- Hose mit elastischem Bund (Knöpfe, Reissverschlüsse, Träger machen es schwieriger, v.a. wenn es eilt)
- Hose herunterlassen und hinaufziehen (beim Heraufziehen einfacher wenn eine Hand hinten und eine vorne anstatt beide auf den Seiten).
- WC mit Ringverkleinerer oder Häfi
- Treppe oder Hocker zum selbstständig hinaufsteigen
- Am Anfang für Unterwegs evtl. Windelhöschen

Praktisches für Zuhause und Unterwegs



- Waschmaschine ☺
- Ersatzkleider dabei
- Plastiksack für schmutzige Kleider



Potette



Können Eltern den richtigen Zeitpunkt für die Sauberkeitserziehung verpassen?

- Das ist möglich, wenn...
 - Eltern nicht adäquat auf das Verhalten und Signale der Kinder reagieren.
 - Eltern die Kinder nicht unterstützen, selbstständig zu werden.
- Zeigt das Kind an, sauber und trocken werden zu wollen, dann dürfen Eltern ihre Kinder nicht länger in Windeln herumlaufen lassen.
- Kinder können sich daran gewöhnen, bewusst und willentlich in die Windeln zu machen.



Belohnen für den WC-Gang ja oder nein?

- ▶ Eher Nein...
- ▶ Ausbleiben von Belohnung wird als Strafe empfunden, wenn die Kinder körperlich gar noch nicht in der Lage sind, ihre Blase zu kontrollieren.
- ▶ Belohnen ändert nichts an der körperlichen Reifung.

.



FAZIT 😊

- Das Altern, in welchem Kinder trocken und sauber werden ist sehr unterschiedlich und wird durch die individuelle Reifung bestimmt.
- Früher Beginn und Intensität der Sauberkeitserziehung beschleunigen das sauber und trocken werden nicht.
- Das Kind zeigt selbst an, wann es bereit ist, sauber und trocken zu werden.
- Kinder brauchen kein Sauberkeitstraining, sondern Vorbilder und Unterstützung zur Selbständigkeit.

Buchtipps für Mamas und Papis

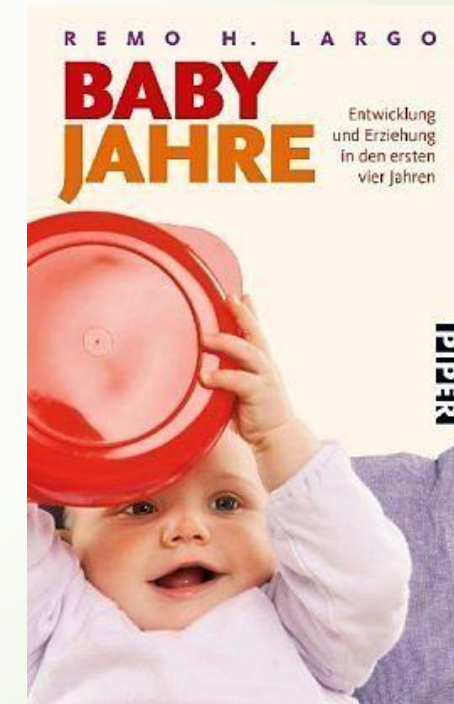
Wie Kinder trocken werden können

Haug-Schnabel



Babyjahre. Entwicklung und Erziehung in den ersten vier Jahren

Largo



Bilderbücher

Moritz Moppelpo braucht keine Windel mehr.

Stellmacher Hermien



Vom Windelfutsch, von der Schnullerfee und neuen Freunden

Spathelf, Bärbel / Volmert, Julia





Bei weiteren Fragen stehe ich Ihnen sehr gerne zur Verfügung...

- Telefonische Beratung für alle Gebiete jeweils am Mittwochnachmittag 13.30 bis 17.00 Uhr unter der Telefonnummer 055 418 28 71
- Persönliche Beratung nach Voranmeldung jeweils am Mittwochnachmittag 14.00 bis 18.00 Uhr
- Email erziehungsberatung@spitexeinsiedeln.ch
- Homepage www.spitexeinsiedeln.ch unter Dienstleistungen/Beratung in Erziehungsfragen