



Foto: privat

KOMMENTAR

Rita Messmer: »Kein Tier würde sich freiwillig in seine eigenen Ausscheidungen legen.«
.....

Leere Töpfchen, volle Windeln

»Großbritannien steckt in einer Töpfchen-Krise – Mit neun Jahren noch in den Windeln? Britische Grundschulen beklagen, dass immer mehr Kinder nicht aufs WC gehen.« Das war die Schlagzeile einer Schweizer Zeitung. Viele Länder, die sich als hochentwickelt bezeichnen, kämpfen mit demselben Problem: Kinder tragen noch im Kindergarten und in der Schule Windeln.

Von Rita Messmer

Das Thema »Windelkrise« hat sich bei Eltern, ErzieherInnen und LehrerInnen dramatisch zugespitzt. In den Verkaufsfregalen stehen Windelhöschen für 12- bis 15-Jährige – und wie mir eine Verkäuferin erzählt, gehen diese weg wie »warme Semmeln«. Sind die Kinder tagsüber nicht trocken, wie sieht es dann nachts aus? Darüber erfahren wir in den Medien kaum etwas.

Dramen über und unter der Bettdecke

Aber die Windelgrößen in den Läden und deren Verkaufszahlen lassen erahnen, welche Dramen sich unter der Bettdecke abspielen. Auch ÄrztInnen haben kein Rezept. Sie versuchen abzuwiegen, zu beschwichtigen. Fazit: Große Hilflosigkeit – wenn das auch keiner zugibt. Langsam entwickelt sich sogar die Meinung: Das ist doch ganz normal! Man versucht es mit Hormongaben, Klingelhöschen, Klingeldecken oder sogar mit Abführmitteln wie im Fall eines Jungen, der zu mir in die Therapie kam.

Er ist elf Jahre alt und die Mutter erzählt, dass er in seine Unterhose kotet – dies auch in der Schule. Alles nütze nichts. Es würde ihn auch nicht stören, dass man ihm sage, er stinke – er würde sein

Verhalten nicht ändern. Der Arzt hätte es mit einem Abführmittel versucht, aber das Problem hätte es nicht gelöst – im Gegenteil.

Schauen wir das Problem mal aus der Perspektive des Jungen an: Seit seiner zartesten Kindheit trägt er Windeln. Jedes Mal wenn er stuhlt, fühlt er diesen an seinem Po, ein gewisser Geruch breitet sich aus. Sein Gehirn lernt: Wenn man stuhlt, spürt man diesen deutlich am Po und ein Düftchen schwebt durch den Raum. Das spielt sich tagtäglich, monatlich, jährlich so ab. Das Gehirn des Kindes vernetzt dieses Verhalten als die Norm. Es lernt: Ausscheidungen spürt man deutlich am Hintern – auch der Geruch, der sich dabei ausbreitet, gehört zu mir. Für das Kind wird dieses Verhalten zur Norm, somit als vertraut und richtig vernetzt – die Welt ist so – so muss sie sein. Jetzt kommen plötzlich irgendwelche Leute, die behaupten, das sei nicht richtig und das stinke. Aber sein Gehirn signalisiert ihm: Das hast du immer so gemacht, das muss so sein, das ist völlig richtig – der Junge kann nicht anders!

Die Biologie und die Neurologie erklären uns, wie wir lernen. Sie zeigen uns, was Prägung ist. Spätestens seit Konrad Lorenz zeigt auch die Verhaltensforschung, was im frühen Stadium der Entwicklung läuft: Jedes Entenküken läuft dem ersten sich bewegenden Objekt hinterher und ist bereit, es als Mutter an-

zunehmen. Das wird verständlich, wenn man bedenkt, dass in der Natur eines Entenkükens dieses Objekt nichts anderes als die Mutter sein kann. Es ist wichtig, dass das Küken genetisch so gesteuert ist: Es sichert sein Überleben!

Als ich der Mutter das so erkläre, beobachte ich mit einem Auge den Jungen. Ich sehe, dass er sehr aufmerksam zuhört. Er ist äußerst intelligent und es entgeht mir nicht, wie er mich anstarrt: Jetzt endlich, so spüre ich, hat er eine plausible Erklärung für sein Verhalten! Niemand, der ihm weismachen will, dass er »nicht richtig« ist, dass mit ihm etwas nicht stimmt. Ich denke bei mir, das könnte die Chance zu einer Veränderung sein – und so ist es. Ich sage ihm, er solle sich überlegen, was er brauche, um sein Verhalten ändern zu können. Er beschließt, die Unterhose nicht mehr zu tragen. Diese steht für ihn offensichtlich für die erweiterte Windel. Seither kotet er nicht mehr ein.

Prägung geschieht in Entwicklungsfenstern

Bei einem fünfjährigen Mädchen, das nicht trocken werden will, berichtet mir die Mutter, es sage nur, es werde so schön warm. Das Kind assoziiert das Pinkeln also mit einem angenehmen Gefühl. Es spürt keine Nässe, weil die Windeln diese aufsaugen. Es spürt nur eine wohlige Wärme. Auch dieses Kind kann sein Verhalten nicht ändern.

Von dieser Warte aus gesehen, ist es verständlich, warum sich Kinder so und nicht anders verhalten: Kinder, die zum Urinieren auf die Toilette gehen, aber für den Stuhlgang eine Windel verlangen. Oder Kinder, denen es Angst macht, wenn sie ihre Ausscheidungen plötzlich in der WC-Schüssel verschwinden sehen ...

Frage: Wenn ich Ihnen sage, Sie sollen Chinesisch sprechen, tun Sie das? Sie werden dann überlegen, was diese Frage soll. Wie kann ich Chinesisch sprechen, wo ich doch Deutsch gelernt habe? Aber wenn Sie in China geboren wären, dann wäre Chinesisch für Sie kein Problem! Sie sind darauf geprägt, die Sprache zu sprechen, in deren Umfeld Sie aufwachsen, weil das Gehirn im Kleinkindalter fähig ist, jede Sprache zu lernen. Für diese frühkindlichen Lernprozesse sind sensible Phasen verantwortlich; diese haben mit Kognition nichts zu tun, sondern mit der Stimulation zur richtigen Zeit. So würde beispielsweise ein Kind, mit dem bis zum ersten Lebensjahr niemand spricht, gar keine Sprache mehr lernen. Das Gehirn hätte nämlich bis dahin die Fähigkeit verloren, eine Sprache überhaupt zu vernetzen. Wenn es mit Tieren aufgewachsen wäre, könnte es heulen wie ein Wolf oder singen wie ein Vogel oder miauen wie ein Katze.

Mit modernen Untersuchungsverfahren können HirnforscherInnen heute die psychologische Theorie der »frühkindlichen Prägung« direkt im Gehirn von Kindern nachweisen. Informationen fließen mit spielerischer Leichtigkeit in das Gehirn durch sogenannte Fenster, die nur für kurze Zeit geöffnet sind. Diese Entwicklungsfenster treten von Geburt an bis zum zwölften Lebensjahr jeweils in Phasen auf, in denen das Gehirn am eifrigsten von seiner Umgebung lernt. In diesem Zeitraum – insbesondere während der ersten drei Lebensjahre – werden die Grundlagen für Denken, Sprache, Gesichtssinn, Verhaltensmuster, Begabungen und andere Charakteristika gelegt. Danach

schließen sich die Fenster wieder, ein wesentlicher Teil des Gehirnaufbaus ist vollendet.

Nichts ist in der Natur klarer geregelt als Fortpflanzung, Nahrungsaufnahme und Ausscheidungen. Dabei ist das Ausscheidungsverhalten von eminenter Wichtigkeit – wahrscheinlich noch wichtiger als die Nahrungsaufnahme! Kein Tier würde sich freiwillig in seine eigenen Ausscheidungen legen. Vögel koten noch nicht mal ins Nest; die Elternvögel nehmen den Kot direkt vom Hinterteil des Jungvogels und fliegen ihn aus dem Nest. Oder haben Sie schon einmal ein kotverschmiertes Vogelnest gefunden? Wenn sie länger im Nest bleiben, wie bei den Schwalben, verrichten die Jungvögel ihr »Geschäft« über den Nestrand.

Wir wissen, dass die Biologie für die Reinlichkeitsentwicklung eine sensible Phase bereitstellt, die vom ersten Lebenstag an offensteht, sich aber bereits gegen Ende des dritten Lebensmonates schließt. Somit ist es wichtig, dass wir diese Zeit für die richtige Stimulation nutzen und dem Baby die Möglichkeit geben, sein Geschäft an einem anderen Ort zu verrichten als in die Windeln. In diesem Zeitraum macht das Baby diesen Entwicklungsschritt auf ganz natürliche Weise, und dieser ist für das Kind völlig problemlos. Mehr noch: Er ist evolutionsbiologisch nicht anders vorgesehen. Die Natur will ja nicht, dass wir in unseren eigenen Ausscheidungen liegen. Aus diesem Grund stinkt Stuhl, wir sollen uns möglichst davon fernhalten.

Die Vorbilder fehlen – bei uns

Es wird angenommen, dass etwa 70 Prozent der Weltbevölkerung heute keine Windeln benötigt. Kürzlich war ich für drei Wochen in Costa Rica. Und zweifellos ist das ein zivilisiertes Land. Aber Windeln gibt es dort nur für Neugeborene und nur für die erste Zeit. Die Kinder werden von Geburt an abgehalten, und dieser Entwicklungsschritt ist neurologisch vernetzt und angelegt. Man sieht keine windeltragenden Kinder. Und schon gar nicht ist das ein Thema im Kindergarten oder der Schule.

Uns fehlen ganz klar die Vorbilder. Wir haben uns so ans süße Bild des windeltragenden Kleinkindes gewöhnt – wir können uns gar nicht mehr vorstellen, dass es fast keine Windeln braucht. Da Hebammen an vorderster Front arbeiten, ist es wichtig, dass sie die Mütter darauf aufmerksam machen. Es kann und darf nicht sein, dass wir Generationen von Kindern erziehen, die nicht mehr trocken werden!

Die Autorin

Rita Messmer ist Baby- und Craniosacraltherapeutin, Erwachsenenbildnerin und Buchautorin – sowie Urheberin der Windelfrei-Methode. Sie hält Seminare und Vorträge zu allgemeinen Erziehungsfragen. Die Mutter von drei erwachsenen Kindern lebt in der Schweiz und arbeitet in eigener Praxis in der Nähe von Bern. Kontakt: info@rita-messmer.ch; www.rita-messmer.ch