

Das Geschäft ohne Windel

Babys können signalisieren, wenn sie mal müssen. Ob man sich das als Eltern zu Nutze machen soll, ist aber umstritten.

VON SIMONE HINNEN

Windelwechsellern macht den allerwenigsten Eltern Spass. Da ist zum einen der Geruch in der Wickelzone und zum anderen der Transport der sperrigen Windelboxen, die die Hälfte des Einkaufswagens füllen und unser Portemonnaie belasten. Ein Baby benötigt durchschnittlich fünf Windeln am Tag und das mindestens zweieinhalb Jahre lang. Das macht rund 4763 Windeln. Rechnen wir mit einem Windelpreis von 30 Rappen, so kostet uns alleine das Wickeln 1429 Franken. Nicht zu vergessen die Umwelt: Gemäss der Unternehmensberatungsfirma McKinsey verbrauchen unsere Schweizer Kleinkinder im Schnitt rund 1,15 Millionen Windeln pro Tag.

Ohne Windel gehts auch

Grund genug, auf Windeln zu verzichten? Eine kleine Minderheit von Eltern meint: ja. Zu ihnen gehört Rita Messmer, 55. Die ehemalige Arztgehilfin, Erwachsenenbildnerin und Craniosacral-Therapeutin hält nächsten Dienstag in Horw ein Seminar zu diesem Thema (siehe Hinweis). Die Mutter von drei Kindern im Alter zwischen 16 und 21 Jahren aus dem Kanton Waadt hat im Beltz-Verlag drei sich gut verkaufende Bücher über Kindererziehung herausgegeben, die alle auf eigenen Erfahrungen basieren. Im Buch «Ihr Baby kann's» vertritt Rita Messmer unter anderem die These, dass der Säugling der Mutter bereits kurz nach der Geburt durch sein Verhalten signalisiert, dass er sein Geschäft verrichten muss. Sie orientiert sich dabei an Kulturen aus Afrika oder Asien, wo Mütter ihre Kinder ohne Windel den ganzen Tag auf dem Rücken tragen – ohne dabei verdreckt zu werden.

«Nachdem ich darüber gelesen und Erfahrungen bei meinen älteren Kindern gesammelt hatte, wollte ich beim jüngsten Sohn Stefan die Probe aufs Exempel machen», erzählt Rita Messmer. Inzwischen erfahrene Mutter, habe sie schnell bemerkt, dass Babys zu strampeln beginnen, weinen oder das Gesicht verziehen, wenn sie mal müssen. «Ich habe meinem Sohn anfänglich jeweils gesagt, gäll, jetzt musst du. Dann habe ich ihn über die Toilette gehalten – und er hat gemacht.»

24 Stunden beobachtet

Es sei wichtig, dass die Eltern ihr Kind genau beobachteten. «Wenn sie das Gefühl haben, das richtige Signal erkannt zu haben, bringen sie ihr Baby am besten zur Toilette. Mit einem entsprechenden Laut wie *bssss* stimulieren sie jetzt das Baby zum Ausscheiden.» Nach kurzer Zeit verstehe das Baby, dass mit dem Windelöffnen auch das Verrichten des Geschäftes verbunden sei. Ganz auf Windeln verzichtet hat Rita Messmer nie, wie sie selber einräumt. Dies, um keine bösen Überraschungen zu erleben und um sich und den Kleinen nie einem unnötigen Stress auszusetzen.

Erfolg mit ihrer Theorie

Inzwischen hat sie ihre Erfahrungen in zig Seminaren, in Babymassagekursen und anderen Erziehungsveranstaltungen in der Schweiz und in Deutschland anderen weitergegeben. «Erst schauen mich junge Eltern skeptisch an. Doch sobald sie es selber bei ihren Babys ausprobieren haben, kommen sie begeistert zu mir und berichten von ihren Erfahrungen.» Interesse bestehe genug – mehrere hundert Eltern seien erfolgreich nach dieser Theorie vorge-



Kein Baby zu klein, um es nicht fast schon wie die Grossen zu machen?

GETTY

gangen. Vor allem Hebammen, Krankenschwestern, Psychologinnen oder Lehrerinnen gehören zu ihrer Klientel.

Sehr früh starten

Messmer hat mit der Zeit die Erfahrung gemacht, dass Babys nur während der ersten drei Lebensmonate willens sind, die Kontrolle über ihr Geschäft selbst zu übernehmen. «Die Babys sind dann sensibel für diese Thematik. Nach drei Monaten weigert sich das Baby und will sein Geschäft da erledigen, wo und wie es gewohnt ist.»

Die Familienfrau ist sich bewusst, dass sie mit ihrer Theorie, die auf keinen wissenschaftlichen Studien basiert, auch provoziert. In vielen Ratgebern wird darauf hingewiesen, dass ein Kleinkind seine Blase noch nicht beherrschen könne und frühes Training daher unsinnig sei. Rita Messmer: «Ich gehe mit den Psychologen

einig, dass meine Theorie nicht klappt, wenn die sensible Phase verpasst wird. Nach den ersten drei Monaten kann ein frühes Reinlichkeitstraining problematisch werden – vor allem, wenn es sich gegen den Willen des Kindes richtet und überzogene Reinlichkeitsvorstellungen der Eltern zum Ausdruck bringt.» Ein solcher Ehrgeiz schade dem Kind bestimmt mehr, als dass er ihm nütze.



«Ich habe Stefan jeweils gesagt, gäll, jetzt musst du. Dann habe ich ihn über die Toilette gehalten – und er hat gemacht.»

RITA MESSMER

recht ist. «Bis vor 40 Jahren haben die Eltern ihre Kleinen auf den Hofen gesetzt, sie für eine halbe Stunde darauf festgebunden, und irgendwann haben

sie ihr Geschäft verrichtet.» Damals hätten viele Eltern behauptet, ihre Kinder seien mit jährlich trocken und sauber geworden. Dann seien die Pampers gekommen mit der Konsequenz, dass die Mütter ihre Windeln nicht mehr auskochen mussten. «Plötzlich wurden die Kinder erst zwei Jahre später trocken.» Dies zeige deutlich, dass Kinder aus eigener Initiative viel später trocken werden wollten. Laut Trefny muss das Thema in einen grösseren Zusammenhang gestellt werden. Bei jedem Kind beginne die Entwicklung des eigenen Ichs zu einem anderen Zeitpunkt. Erst wenn diese erfolgt sei, könne mit der Reinlichkeitserziehung begonnen werden.

Bei Mädchen könne das Thema ungefähr mit zwei Jahren aktuell werden, bei Knaben etwas später. In einem ersten Schritt teile das Kind mit, dass das Geschäft nun passiert sei. In einem zweiten Schritt sage es, dass es soeben dabei sei, dieses zu verrichten. Und erst in einer dritten Phase teile das Kind dies bereits im Vorfeld mit. «Erst dann ist es an der Zeit, mit der Reinlichkeitserziehung zu beginnen.» Wichtig in diesem Zusammenhang sei, dass Kinder den Eltern zusehen können, wenn sie auf die Toilette gehen. «Am besten kaufen die Eltern einen Aufsatz für die Toilette sowie einen Schemel, damit die Beine der Kleinen nicht in der Luft baumeln müssen.»

HINWEIS

► Das Seminar zur Reinlichkeitserziehung von Säuglingen findet am **10. Februar von 9 bis 17 Uhr** im Schützenhaus Luzern (Horwerstrasse 93) statt. Das Seminar kostet 170 Franken. **Anmeldung:** Manuela Bucher, 041 31 03 74, E-Mail: marenggli@hotmail.com (www.rita-messmer.ch) ◀

ANZEIGE

Gesundheitsbewusstsein kann man lernen!

Wir sogenannten zivilisierten Menschen haben mindestens neun, wenn nicht mehr Jahre in der Schule verbracht. Dort haben wir viel gelernt. Wir lernten jedoch nicht, wie das Leben – vor allem gesundes Leben – funktioniert. Wenn wir ihnen Erfahrung, dass es sehr viele kybernetische Gesetzmässigkeiten über das Leben gibt. Wenn wir ihnen Beachtung schenken würden, könnten wir Menschen sehr, sehr viel für unser Gesundbleiben tun und so in der Tat unser eigener Arzt sein.

In der **Patientenakademie des Paramed-Ambulatoriums** in Baar wird dieses einsichtsvolle Wissen unter der Leitung von **Dr. med. Jürg Hess** und der **Heilpraktikerin Eva Lackner** in theoretischen und praktischen Kursen vermittelt.

Sind Sie daran interessiert, etwas Sinnvolles für Ihr Wohlbefinden zu tun? Dann besuchen Sie unseren **nächsten Info-Abend am 19. Januar 2009 um 19:00 Uhr.**

Paramed, Zentrum für Komplementärmedizin
Haldenstrasse 1, 6340 Baar
Tel. 041 768 20 60

Paramed
Zentrum für Komplementärmedizin
Bildungszentrum und Ambulatorium in Baar
www.paramed.ch

NACHGEFRAGT

«Es funktioniert, aber wir waren nicht stur»

Die angehende Allgemeinärztin Marika Naumann, 32, aus Winterthur hat die Theorie von Rita Messmer bei ihrer Tochter Malina ausprobiert und dabei interessante Erfahrungen gesammelt.

Ihre Tochter Malina ist 2¼ Jahre alt. Braucht sie noch Windeln?

Marika Naumann: Seit Weihnachten ist sie durchgehend trocken, und zwar sowohl in der Nacht als auch am Tag.

Sie sind nach der Theorie von Rita Messmer vorgegangen. Warum?

Naumann: Im Rahmen des Geburtsvorbereitungskurses habe ich einen Vortrag von ihr gehört. Mein Partner und ich waren zwar sehr skeptisch, haben dies dann aber trotzdem bei unserer Tochter bereits ab dem 10. Alterstag ausprobiert.

Und?

Naumann: Als sie noch ganz klein war, hat das sehr gut geklappt. Innert vier bis fünf Tagen hatte sie begriffen, dass sie ihr Geschäft verrichten kann, sobald ich die Windeln öffne. Mit vier bis fünf Wochen haben dann die Bauchkoliken angefangen. Danach war es schwieriger. Als diese mit drei Monaten nachliessen, ging es zeitweise wieder sehr gut und zeitweise weniger. Insbesondere an einem unvertrauten Ort oder während und nach einer Krankheit hat es gar nicht funktioniert. Doch dies war ja zu erwarten. Insofern kann ich nur betonen: Was Rita Messmer postuliert, das funktioniert, wenn man die Signale des Kindes wahrnimmt und nicht kompromisslos nach dieser Theorie verfährt.

Es muss ein furchtbarer Stress für Sie gewesen sein, Ihre Tochter den ganzen Tag zu beobachten.

Naumann: An der Kommunikation hat es nie gelegen. Schon eher daran, ob ich bereit war, ihre Signale wahrzunehmen. Wenn man die Signale des Kindes versteht, dem Kind kommuniziert, dass es sein Geschäft jetzt verrichten darf und es sofort übers WC hält oder aufs Häfi setzt, dann klappt es.

Dennoch ist Ihre Tochter erst jetzt, mit 2¼ Jahren, endgültig trocken. Sie sprechen dennoch von einem Erfolg?

Naumann: Das Ganze lief völlig ohne Stress und war damit ein Erfolg für uns alle. Ob ich bei meinem zweiten Kind wieder nach dieser Theorie verfahren werde, lasse ich offen. Dies hat aber eher damit zu tun, dass zwei Kinder da sind und meine Aufmerksamkeit beiden gelten muss.

sh