

Babies im Film

Romantisch, dramatisch, originell, zum Lachen, zum Weinen:



Drei Männer und ein Baby
(F 1985) mit Roland Giraud, Michel Boujenah und André Dussollier

Junior
(USA 1994) mit Arnold Schwarzenegger, Dani DeVito und Emma Thompson

Schau mal, wer da spricht
(USA 1989) mit John Travolta und Kristy Alley

Rosmary's Baby
(USA 1968) mit Mia Farrow und John Cassavetes

Juno
(K/USA 2007) mit Ellen Page und Jennifer Garner

Jersey Girl
(USA 2004) mit Ben Affleck und Liv Tyler

Tsotsi
(SA 2005) mit Presley Chweneyagae und Mofuthusi Magano

Jack und Sarah
(UK 1995) mit Samantha Mathis, Richard E. Grant, Judi Dench



Hangover
(USA 2009) mit Bradley Cooper, Ed Helms und Zach Galifianakis

Vater der Braut II
(USA 1995) mit Steve Martin und Diane Keaton



Bilder: zvg

Je früher mit dem Stimulieren der **sensiblen Phase der Reinlichkeit** – sprich mit dem **«Abhalten»** – begonnen wird, umso weniger gibt es später Pannen.

Wie Babies keine Windeln brauchen

Seit Jahren zeigt Rita Messmer, wie **Babies praktisch windelfrei sauber werden können. Nun untermauert die dreifache Mutter die Methode des «Abhaltens» mit einer Studie.**

von Helga Schabel

Als Rita Messmer sich vor Jahren mit Entwicklungspsychologie beschäftigte, stiess sie bei Maria Montessori auf den Begriff der «sensiblen Phase»: Für jeden Entwicklungsschritt des Menschen gibt es eine bestimmte, dazu besonders geeignete Periode. In diesem Zeitfenster ist das Kind reif, eine bestimmte Fähigkeit über das tiefere Bewusstsein zu lernen. Wird dieser Zeitpunkt verpasst, vollzieht das Kind den Schritt erst später kognitiv und

viel mühsamer. Für das Sauberwerden liegt diese «sensible Phase» zwischen der Geburt und dem dritten Monat. Also hat Rita Messmer ihre neugeborenen Kinder mehrmals täglich über die Toilette gehalten, ein leises «psss» dazugesagt – und siehe da: es funktionierte! Zwischendurch hat sie die Babies zwar gewickelt, aber die Windeln blieben meist trocken, auch nachts, bis morgens gegen fünf Uhr. Mit einem Jahr brauchten die Messmer-Kinder keine Windeln mehr – eine

höchst erfreuliche finanzielle und ökologische Entlastung.

Signale des Babys erkennen

Seither wird Rita Messmer nicht müde, diese Methode unter die Leute zu bringen. «Babies geben Zeichen, wenn sie müssen, sie werden unruhig, weinen, setzen ab beim Stillen, suchen Augenkontakt», sagt sie. «Und wenn man umgehend darauf reagiert, es «abhält», dazu sanft mit ihm spricht, wird das kleine und grosse Geschäft erledigt.» Oft ist Messmer mit dieser Methode belächelt worden, auf Skepsis oder Unglauben gestossen, dann hat sie gute Argumente nachgeschoben: «Bei den Naturvölkern tragen die Frauen ihre Babies in Tüchern auf dem Leib und werden nicht von ihnen beschmutzt, weil sie die Signale der Kleinen spüren. Geschieht doch einmal ein Unglück, werden die Mütter von den anderen als ungeschickt verlacht.» Auch in China, so weiss Messmer, funktioniert die Methode des «Abhaltens», obwohl dort viele Mütter berufstätig sind und die Babies fremdbetreut werden. 1997 erschien zum Thema Sauberwerden ihr Sachbuch «Ihr Baby kanns», und auch in Elternkursen gibt sie ihr Wissen weiter.

Studie in drei Ländern

Nun hat Messmer auf Empfehlung der Universität Freiburg eine Studie dazu gemacht. Über mehrere einschlägige Websites hat sie einen Fragebogen verbreitet und 138 Antworten von El-

Die dreifache Mutter **Rita Messmer** gibt ihr Wissen in ihren Büchern und in Seminaren weiter.



tern aus Deutschland, Österreich und der Schweiz bekommen, welche die Methode angewendet haben. Einige der wichtigsten Erkenntnisse der Auswertung: Babies, die gestillt und viel getragen werden, reagieren häufiger und besser auf verbale Hinweise («pssss») und sind häufiger die Nacht über trocken. Sie helfen ausserdem beim «Abhalten» aktiv mit, drücken willentlich.

Babies, die selbst die Initiative übernehmen und deren Eltern ihre Signale verstehen und die Kinder umgehend «abhalten», reagieren besser auf verbale Hinweise. Wenn dagegen die Eltern bestimmen, wann sie das Baby zur Toilette bringen, reagieren die Kinder seltener. Je früher (also in den ersten Tagen nach der Geburt) mit dem «Abhalten» begonnen wird, umso besser funktioniert die Methode.

Für alle geeignet

Messmers Fazit aus der Befragung: «Eine frühe Stimulation der Reinlichkeit ist möglich, und zwar unabhängig vom Geschlecht. Je früher damit begonnen wird, umso weniger Pannen gibt es später. Die Methode hilft der Entwicklung der Kinder, sie gewinnen Sicherheit und Vertrauen in die Welt, sie vertrauen ihren Müttern mehr und lassen sich leichter von ihnen beruhigen.» Ein weiterer nicht zu unterschätzender Effekt, wie Messmer aus der Erfahrung mit ihren eigenen Kindern weiss: «Die Trotzphase entfällt, weil der genetisch-biologische Entwicklungsplan eingehalten wird und die Kinder sich ernst genommen und verstanden fühlen.»

Hoffen auf weite Verbreitung

Und so hofft nun Rita Messmer, dass die Methode vermehrt Anhänger findet unter den Eltern und eine breite Akzeptanz in der Gesellschaft, so wie das Stillen, das glücklicherweise auch wieder «in Mode» kam nach einer gewissen Phase der Ablehnung. Dann müsste die Industrie nicht mehr Windeln für 8- bis 12-Jährige anbieten und Rita Messmer sich in ihrer Therapie-Praxis nicht mehr mit jungen Menschen beschäftigen, die noch mit 18 Jahren und mehr nächtliche Bettnässer sind, und dies bei vollkommener organischer Gesundheit. ■

Die Studie «Reinlichkeitsmethode. Eine quantitative Befragung zur Reinlichkeit bei Säuglingen» kann auf der Homepage von Rita Messmer abgerufen werden: www.rita-messmer.ch



Klassische «Abhalte-Position», wie sie auch in China, Indien, Afrika und anderen Kulturen zum Familienalltag gehört.



Antworten auf viele Fragen

«Babys erstes Jahr», Dr. med. Stephan Heinrich Notte, Annette Nolden, Verlag: GU

Das grosse Nachschlagewerk beantwortet alle Fragen rund um Babys erstes Lebensjahr. Pflege und Gesundheit werden detailliert beschrieben: Wie wickelt, packt, hebt und trägt man das Neugeborene; welche Impfungen und Prophylaxen sind sinnvoll und was ist zu tun, wenn ein Baby krank wird; wie klappt es mit dem Stillen und wann ist es Zeit für den ersten Brei? Monat für Monat begleitet dieser Ratgeber die Entwicklung vom Neugeborenen bis zum Kleinkind mit zahlreichen Abbildungen, die die einzelnen Entwicklungsschritte anschaulich machen oder zum Beispiel eine Babymassage beschreiben. Anleitungen für Yoga- und Beckenbodenübungen zur Rückbildung und Tips zu Schönheit und Pflege sorgen dafür, dass auch die Mutter sich wohlfühlt.