

«Jedes Baby sendet klare Signale aus»

Gleich nach der Geburt kann bei einem Kind die Grundlage für die Reinlichkeit gelegt werden. **Rita Messmer** hat eine Methode gefunden, mit der die Eltern weitgehend auf Windeln verzichten können. Eine Studie mit 138 Paaren belegt, dass es in der Praxis funktioniert.

IMELDA RUFFIEUX

Rita Messmer ist sich bewusst, dass sie mit ihrer Methode ein Tabuthema anspricht: Zu verbreitet ist das herzige Bild eines Babys mit Windeln in der Werbung und in der Gesellschaft. «Niemand spricht darüber, dass die Kinder durchschnittlich immer älter werden, bevor sie trocken werden», sagt sie. Einziges Indiz ist die Tatsache, dass in den Verkaufsregalen immer mehr Windeln für Achtjährige zu finden sind. «Das zeigt, dass offensichtlich eine Nachfrage nach diesen Produkten besteht.»

Bébé will bewusst ausscheiden

Windeln müssten nicht sein, sagt Rita Messmer. «Wir gehen einen völlig falschen Weg.» Seit vielen Jahren beschäftigt sie sich mit den Entwicklungsschritten bei Kleinkindern, hat dabei auch die Unterschiede zwischen Familien in der «zivilisierten» Welt und bei Naturvölkern studiert. Sie ist überzeugt, dass bei jedem Kind gleich nach der Geburt ein intensiver Lernprozess anfängt, ganz natürlich, ohne Druck. Genau so wie das Kind vom ersten Tag an Nahrung zu sich nehme, gebe es im Hirn einen

Entwicklungsschritt, eine Vernetzung, die überflüssigen Stoffe bewusst wieder ausscheiden. Und genauso, wie das kleine Wesen sich bei Hunger bemerkbar mache, kommuniziere es, wenn der Zeitpunkt zum Ausscheiden gekommen sei.

Zeichen lesen

«Das Baby sendet Signale aus, vor allem über die Körpersprache», erklärt Rita Messmer. Es werde unruhig, fange leicht an zu schreien, setze beim Stillen ab und suche den Augenkontakt zur Mutter. «An den Eltern ist es, diese Zeichen wahrzunehmen und richtig zu deuten.» Je intensiver der körperliche Kontakt zwischen Eltern und Kind, desto leichter sei die Kommunikation, sagt Rita Messmer. Werde diese sensible Phase ignoriert, lasse das Kind es dann einfach laufen. In ihrer Methode empfiehlt sie den Eltern, die Kinder bei den ersten Anzeichen über das WC, ein Waschbecken oder eine Schüssel zu halten und ihm klar zu signalisieren: «Jetzt darfst Du.» Auch Laute wie das «Psssss» können als Signal vereinbart werden. «Das Kind reagiert auf jeden Fall und versucht, willentlich auszuscheiden.» Auch wenige Tage alte Kinder seien imstande, diese Signale zu deuten.

Von der Natur vorgesehen

Rita Messmer untermauert ihre Theorie mit dem Verhalten von Müttern mit ihren Kindern bei Naturvölkern. «Sie tragen die nackten Kinder auf dem Rücken. Nur ganz selten wird eine Mutter durch die Ausscheidung eines Kindes beschmutzt.» Durch den nahen Körperkontakt merken die Mütter, wenn das Kind so weit ist. Sie halten es von sich weg und signalisieren so dem Kind, dass es jetzt ausscheiden kann.

«Es gibt auch kein einziges Tier, das sich freiwillig in seinen Kot setzt», gibt sie ein weiteres Beispiel aus der Natur. Selbst Tiere, die aufgrund ihrer Hirngrösse als nicht sehr intelligent gelten, hätten dazu klare Verhaltensregeln.

Wird dieser Entwicklungsschritt nicht in der sensiblen Phase stimuliert, verlieren die Kinder ihr natürliches Bedürfnis, reinlich zu sein. «Kinder machen später ins Bett, weil ih-



Gleich nach der Geburt ist das Baby in der Lage, durch verschiedene Signale mitzuteilen, wann es ausscheiden will.

Bild zvg

Zwei Mütter: «Jederzeit wieder»

Astrid Köhler aus Wünnewil hat über die Hebamme von der Methode von Rita Messmer gehört. «Wir haben es nicht gekannt. Es hat uns aber von Anfang an überzeugt», sagt sie. «Es gibt einen ganz anderen Kontakt zum Kind, eine engere Bindung», sagt Astrid Köhler. Da sie sich sowieso dafür entschieden hat, das Kind den grössten Teil der Zeit zu tragen, sei ihr die Methode sehr passend vorgekommen. «Mit der Zeit waren die Signale des Kindes sehr einfach zu lesen.» Ihre Tochter ist nun zwei Jahre alt. Seit sie jährling ist, trägt sie tagsüber keine Windel, nachts legt Astrid Köhler ihr zur Sicherheit eine an. Der Aufwand sei wohl im ersten Lebensjahr grösser gewesen. Doch sei sie auch sicher, dass ihr Kind sehr bald ohne Windeln auskomme.

Ähnliche Erfahrungen hat Myriam Marty aus Düdingen gemacht. «Es tönte logisch», erinnert sie sich. «Wir haben uns gesagt, nehmen wir uns beim ersten Kind die Zeit. Nützt es nichts, dann schadet es auch nichts.» Ihre Erfahrungen seien sehr positiv. «Die Signale des Kindes sind klar ersichtlich.» Von zehnmal habe es achtmal gut geklappt. «Am Anfang war es ein wenig aufwendig, bis sich das Ganze eingespielt hat.» Die Mutter von zwei Töchtern kann die Methode weiterempfehlen. *im*

Zur Person

Mutter, Therapeutin und Buchautorin

Rita Messmer-Studer (58) ist Mutter von drei Kindern. Sie hat im Universitätskinderhospital in Bern als kardiologische Assistentin gearbeitet und kam dabei oft mit früh geborenen Kindern in Kontakt. In verschiedenen Weiterbildungen hat sie sich mit alternativen Behandlungsmethoden befasst. Rita Messmer hat mehrere Erziehungsratgeber verfasst. Sie beschreibt in ihrem Buch «Ihr Baby kann's» wie in der heutigen Gesellschaft und technisierten Welt die ursprünglichen und natürlichen Prozesse oft unterbunden werden. Rita Messmer wohnt in Faoug (VD) und arbeitet als Cranio-Sacraltherapeutin. *im*
www.rita-messmer.ch

nen ihr Unterbewusstsein keinen Impuls gibt, wach zu werden. «Es fehlt die Vernetzung im Hirn.» Die Phase, in der die Kleinkinder stimuliert werden können, beginnt in den ersten Lebensstagen und verliert sich gegen Ende des dritten Lebensmonats. «Mit sechs Monaten scheint die Phase nochmals aufzuflackern, aber es ist schwieriger.» Rita Messmer verhehlt nicht, dass es während der Entwicklung des Kindes immer wieder mal Rückschläge geben kann. «Jeder Entwicklungsschritt wie zum Beispiel das Zahnen kann Ein-

fluss auf das Reinlichkeitsverhalten des Kindes haben.» Aber auch äussere Umstände, ein Umzug, neue Bezugspersonen usw. können das Gleichgewicht stören. «Das kann ein Tag, eine Woche oder etwas länger dauern, dann klappt es wieder wie zuvor.»

Sie hält fest, dass die Stimulation kein «frühes Training für Bébés» ist, wie das Gegner ihrer Methode oft sagen. «Die Kinder sind in diesem Alter offen für die Vernetzungen im Hirn, es ist ein natürlicher Prozess.» Für ihre Erkenntnisse spreche auch, dass sich früher

oder später jedes Kleinkind massiv dagegen wehre, gewickelt zu werden.

Lieber nichts sagen

Die Reaktionen aller Paare, die sie von ihrer Methode überzeugen konnte, seien durchwegs positiv, sagt Rita Messmer. Und doch: «Viele sagen mir, dass sie es zwar so machen, dass sie darüber aber lieber Stillschweigen bewahren.» Der gesellschaftliche Widerstand sei sehr gross. «Jahrelang wurde gepredigt, dass ein Kind seine Blase nicht kontrollieren kann.» Selbst Kinderärz-

te raten den Eltern davon ab und tragen so zu einer zusätzlichen Verunsicherung bei. «Und keine Mutter und kein Vater will sich vorwerfen lassen, sein Kind falsch behandelt zu haben.»

Bei ihrer Befragung von 138 Paaren in Deutschland, Österreich und der Schweiz hat sie festgestellt, dass einige Eltern in Deutschland offener für das Thema sind. «Ich habe Familien getroffen, die ganz auf Windeln verzichtet haben.» Die Auswertung der Befragung bestätigten sie in dem, was sie seit Jahren weiss.

Ihre Online-Buchhandlung www.fn-libro.ch

Freiburger Nachrichten www.fn-libro.ch