



Soll man ihm Zeit lassen oder bestimmte Verhaltensweisen als Zeichen werten und schon Säuglinge auf die Toilette bringen? Am Thema «Sauber werden» scheiden sich die Geister.

**G**eduldig wechseln Eltern monatelang Windeln, schleppen Sonderaktionspakete, reisen mit riesigen Taschen und entwickeln eine gewisse Virtuosität darin, an den eigentümlichsten Orten den Po des Nachwuchses trockenzuliegen. Doch irgendwann kommt bei allen Müttern und Vätern die Frage auf, wann das Ganze ein Ende hat und man auf Windel, Waschlapen, Feuchttuch und Co verzichten kann. Auf diese Frage gibt es widersprüchliche Antworten.

«Eltern sind mit der Sauberkeitserziehung viel zu spät dran», findet beispielsweise Rita Messmer, die in Kursen und in Büchern eine ungewöhnliche Theorie verbreitet. Bereits kurz nach der Niederkunft

sollten sich frischgebackene Mütter und Väter mit dem Trockenwerden ihres Babys auseinandersetzen, sagt die 53-jährige Mutter von drei Kindern aus Düringen FR. Bei Neugeborenen – so Rita Messmer – gebe es eine «sensible Phase», die von der Geburt weg bis ungefähr ins Alter von drei Monaten dauere. Die Natur habe in ihrem Bauplan vorgesehen, dass jedes Kind innerhalb dieses Zeitfensters den Entwicklungsschritt des Trockenwerdens vollziehen könne. Würden entsprechende Signale des Säuglings wahrgenommen und stimuliert, so sei das Gehirn in dieser «sensiblen Phase» in der Lage, die nötigen Vernetzungen vorzunehmen.

«Babys wollen nicht in die Windeln machen; es ist für sie unangenehm, im eigenen Dreck zu liegen», sagt Rita Messmer. Bestätigt werde dies durch die Beobachtung vieler Eltern, dass das Baby erst dann urinieren, wenn sie die Windeln geöffnet hätten. Jeder Säugling signalisiere zudem, wenn er «müsse». Er werde unruhig, beginne vielleicht zu weinen, «und im nächsten Moment fließt es». In ihren Kursen leitet sie Eltern dazu an, diese Signale zu deuten, mit den Babys zu kommunizieren und sie dann über eine Schüssel oder über die Toilette zu halten, wo sie dann ihr Geschäft erledigen sollen. «Kinder, die schon sehr früh auf diese Weise zum Trockenwerden motiviert worden sind, gehen selber auf den Topf oder aufs WC, sobald sie laufen können.» Die anderen müssten den Entwicklungsschritt nachher mühsam übers Bewusstsein nachvollziehen, was oft mit Komplikationen und Frustrationen verbunden sei. «Mit meiner Methode spart man viele Windeln und viel Energie», resümiert sie. Eltern, die das ausprobieren möchten, empfiehlt sie allerdings, ihr Kind bei Ausflügen dennoch vorsichtshalber zu wickeln, um sich selbst nicht in allzu grossen Stress zu versetzen.

Der Kinderarzt Remo Largo steht dieser Theorie sehr skeptisch gegenüber. Zwar beschreibt er in seinen Büchern «Babyjahre» und «Kinderjahre» ebenfalls das Phänomen, dass Neugeborene einen kurzen Schrei von sich geben und eine Art Zappelbewegung machen, bevor sie Urin oder Stuhl ausscheiden. Und gleichfalls schildert er, wie Mütter in Afrika und in anderen Ländern der Welt, die ihre Kinder am

Körper tragen, durch diese Signale vorgewart werden und daraufhin den Säugling weit von ihrem Körper weghalten, um nicht beschmutzt zu werden. Dieses Verhalten bei Neugeborenen verliere sich aber in unserer Kultur schon nach ungefähr drei Wochen, weil wir nicht darauf reagieren. Ob die Kinder in Afrika früher trocken werden als unsere Kinder, wisse man nicht.

Laut Largo handelt es sich bei der Blasen- und Darmkontrolle grundsätzlich um einen körperlichen Reifungsprozess. Dieser lasse sich nicht durch ein «Sauberkeitstraining» beschleunigen, wie Studien bewiesen. Wenn dem Kind – meist im Alter zwischen 18 und 36 Monaten – der Drang, die Blase oder den Darm zu entleeren, bewusst werde, drücke es dies in seinem Verhalten aus: mit seiner Mimik, der Körperhaltung oder der Sprache. Diese Eigeninitiative spiegle das Bedürfnis des Kindes, trocken und sauber zu werden. Eltern könnten dann für ihre Kinder Vorbildfunktion übernehmen und ihnen im Alltag zeigen, wie man auf den Topf beziehungsweise die Toilette gehe.

«Es ist erstaunlich, mit welchem minimalen Aufwand Kinder trocken werden, wenn die Eltern Geduld haben», sagt der Kinderarzt. Es genüge, die Eigeninitiative des Kindes – also das bewusste Wahrnehmen der Ausscheidungen und deren «Entsorgung» – abzuwarten. Das Kind beginne dann Interesse an der Toilette zu zeigen, und es schaue bei den Eltern oder älteren Geschwistern das Verhalten auf dem WC ab. «Andere Kinder sind die stärksten Vorbilder.» Dass die Kleinen in dieser Zeit ständig dabei sein wollen, wenn jemand auf die Toilette geht, ist völlig normal.

Weil das Ganze ein natürlicher Entwicklungsprozess ist, warnt Largo vor einem «Laissez-faire»-Verhalten; es komme nämlich tatsächlich vor, dass Eltern den richtigen Zeitpunkt verpassten. Wenn ein Kind signalisiere, dass es so weit sei, müssten ihm die Eltern helfen, selbstständig zu werden. Wenn es für das Kind erst einmal normal geworden sei, bewusst in die Windeln zu machen, sei es ausseror-

entlich mühsam, dieses Verhalten wieder umzutrainieren.

Im Arbeitsalltag der Zürcher Mütterberaterin Anna Urben spielt die «Sauberkeitserziehung» eine untergeordnete Rolle. Sie sei nur hin und wieder ein Thema in der

### Es bringt nichts, sich auf Konkurrenz mit andern Eltern einzulassen.

Beratung, etwa wenn ein Elternpaar mit einem zwei- oder dreijährigen Kind ein Geschwister erwarte. «Es kann mühsam sein, zwei Kinder zu wickeln. Oft ist es aber auch das Umfeld, das Druck

macht: Manchmal wundert sich die Mutter oder die Schwiegermutter lautstark darüber, dass der Enkel noch nicht auf den Topf gesetzt wird.» Von Rita Messmers «So-früh-wie-möglich»-Version hält die Mütterberaterin allein schon aus praktischen Gründen nicht viel; mit unseren Lebensbedingungen sei sie wohl kaum vereinbar. Unterwegs im Auto, im Tram, in der Bahn oder auch zu Fuss in der Stadt sei die Theorie von Rita Messmer: «Signal sehen – Hose runter», nur schwer umzusetzen.

Anna Urben hat die Erfahrung gemacht, dass der richtige Zeitpunkt zum Trockenwerden von den Kindern selbst bestimmt wird. Nämlich dann, wenn sie beginnen, Neugier auf ihren Körper und dessen «Produkte» zu zeigen, was in der Regel mit eineinhalb bis drei Jahren der Fall sei. Dann sei der Moment gekommen, um ein «Häfelchen» anzuschaffen und das Interesse des Kindes spielerisch aufzunehmen. So könnte man es bei den Kleinen beispielsweise zum Ritual machen nach jedem Essen nicht nur die Zähne zu putzen, sondern auch gleich noch eine kleine Sitzung auf dem Töpfchen zu halten. Bei älteren Kindern gewinnt die Häfelchen-Zeit vielleicht an Attraktivität, wenn zusätzlich ein paar Bilderbücher zum Ansehen angeboten werden. «Das Wichtigste ist, dem Kind Zeit zu lassen. Es bringt nichts, sich auf Konkurrenz mit anderen Eltern einzulassen.» Allerdings findet Anna Urben, es gebe einen spätesten Zeitpunkt für gesunde Kinder, trocken zu werden: «Die Schmach, mit Windeln in den Kindergarten gehen zu müssen, sollte man keinem Kind antun.»

Rebeka Haefeli