



## Windelfrei werden-ohne Stress

Uns ist wichtig, Sie und ihr Kind bei diesem Prozess zu begleiten, deshalb haben wir folgende Informationen für Sie zusammen getragen:

### Wann ist der richtige Zeitpunkt?

In Sachen Töpfchen können Eltern nichts erzwingen. Warten Sie ab! Meist signalisiert das Kind selbst, wann der richtige Zeitpunkt gekommen ist.

- Es zieht sich zurück, wenn es in die Windel macht.
- Es lässt sich nicht mehr gerne wickeln.
- Es meldet, wenn die Windel voll ist.
- Es zeigt Neugier und begleitet seine Eltern oder Geschwister auf die Toilette.

Jetzt können Sie ihrem Kind den Topf oder Toilette (mit Aufsatz und Hocker, oder ein Toilettentreppechen) anbieten – immer wieder, aber bitte ohne Druck. Kommt nichts, ist das kein Problem!

Wenn es geklappt hat sollten Sie wissen: Alle Kinder sind sehr stolz auf ihr „Produkt“. Sie ekeln sich nicht. Deshalb haben manche Kinder Probleme mit der Toilettenspülung. Für sie verschwindet ein Teil von ihnen.

Wenn Ihr Kind verstört reagiert, sollten Sie den Töpfchen- bzw. Toiletteninhalt nicht in seiner Gegenwart entsorgen.

Umgekehrt gibt es aber auch Kinder, die sich sehr darauf freuen, auf den Spülknopf drücken zu dürfen.

### Voraussetzungen um sauber zu werden:

- Das Kind erkennt am Druck der Blase und des Darms, dass es „muss“
- Es ist in der Lage seine Blasen- und Darmmuskulatur zu benutzen (ganz kontrollieren kann es sie frühestens mit drei Jahren!)
- Es sollte den Zusammenhang zwischen Pipi-machen-müssen und dem Entleeren seiner Blase erkannt haben
- Es sollte Handlungen auf später verschieben können

### Wann kommt der Erfolg?

Erwarten Sie bitte nicht, dass Ihr Kind plötzlich windelfrei wird. Es durchlebt einen Entwicklungsprozess, der rund zwei Jahre dauert und währenddessen es viele „Unfälle“ und Rückfälle geben kann.



Studien zeigen, dass zu frühes, strenges „Töpfchentraining“ den Prozess des Windelfreiwerdens verlängert. Lassen Sie also bitte Ihr Kind den Zeitpunkt bestimmen.

Lassen Sie sich nicht beirren, wenn Ihr Kind mit dem Töpfchen später dran ist als seine Altersgenossen. Die körperlichen Voraussetzungen müssen gegeben sein und diese Entwicklung kann und muss man nicht beschleunigen. Auch indirekter Druck behindert die natürliche Entwicklung.

### **So helfen Sie ihrem Kind:**

- Setzen Sie es nicht zu festen Uhrzeiten aufs Töpfchen, sondern nur, wenn es muss. Nur so erkennen die Kinder den Zusammenhang zwischen Müssen, Hinsetzen und Machen.
- Loben Sie ihr Kind, wenn es diesen Zusammenhang richtig umsetzt. Etwa wenn es sagt, dass es jetzt muss, den Topf ansteuert, die Hose runter zieht und sich setzt. Auch dann, wenn die Sache noch nicht ganz geklappt hat (z.B. „Du kannst stolz auf dich sein“).
- Bitte schimpfen Sie nicht, wenn mal wieder etwas schief geht. Besser ist Trösten und Aufmuntern.
- Ziehen Sie ihrem Kind Kleidung an, aus der es schnell wieder heraus kommt – etwa eine Hose mit Gummizug.
- Finden Sie mit ihm heraus, ob es lieber ein Töpfchen oder einen Toilettenaufsatz möchte.
- Nehmen Sie ihr Kind mit, wenn Sie zur Toilette gehen und lassen sie es zusehen, wenn es Ihnen nichts ausmacht.
- Lassen Sie Puppe oder Teddy immer mal wieder auf Topf oder Toilette sitzen. Das kann das Kind ermutigen, es nach zu machen.
- Sorgen Sie dafür, dass das Kind beim Toilettengang „Bodenkontakt“ mit den Füßen hat. Vielen Kindern erleichtert dies das „Loslassen“ und sie spüren den nötigen Gegendruck, den sie evtl. brauchen um das „große Geschäft“ zu erledigen.

Wenn Sie beobachten, dass die Voraussetzungen für das „Windelfrei werden“ bei Ihrem Kind gegeben sind, dann wenden Sie sich an uns, damit wir besprechen können, wie wir Sie und ihr Kind bei diesem Prozess unterstützen können. Oft bietet sich an, zuhause in Ruhe mit dem Töpfchen zu starten, weil dort die Ablenkung geringer ist. Wenn sich dies dann gefestigt hat, fällt es dem Kind leichter, auch unter den erschwerten Bedingungen in der Krippe (Ablenkung) ohne Windel klar zu kommen.

Mit freundlichen Grüßen,  
Ihr Zipfelmützen-Team