

## **Duitse vertaling uit het Nederlands van Zindelijkheid positief ondersteunen**

### **Das Sauberwerden positiv unterstützen**

Auf das Töpfchen zu gehen ist ein wichtiger Schritt für ein Kind. Sie können es dabei unterstützen, gemeinsam mit der Kinderbetreuung, den Großeltern usw. Entscheidend ist, dass man zum passenden Zeitpunkt auf entspannte Weise beginnt.

Jedes Kind wird in seinem eigenen Tempo sauber: Während das eine Kind bereits im Alter von 2 Jahren ohne Windeln auskommt, dauert es bei anderen bis zum 4. Lebensjahr. Beinahe alle Vierjährigen können tagsüber das Harnlassen und sowohl tagsüber als auch nachts den Stuhlgang kontrollieren. Beinahe alle Fünfjährigen sind sowohl tagsüber als auch nachts trocken.

Ein Kind ist sauber, wenn:

- es versteht, dass es ins Töpfchen machen muss;
- fühlt, dass es Pipi oder Aa machen muss und dass es bis auf das Töpfchen oder die Toilette warten kann;
- mitarbeiten möchte.

### **Stufenplan für tagsüber**

#### **Schritt 1: Früh beginnen**

Wenn Sie Ihr Baby wickeln oder merken, dass Ihr Kind gerade Pipi oder Aa macht, sagen Sie, was passiert. So helfen Sie Ihrem Kind, zu verstehen, was passiert. Es gehört zum Alltagsleben, Aa und Pipi zu machen, und es ist nicht fies.

#### **Schritt 2: Vorbereiten und an das Töpfchen gewöhnen**

Kaufen Sie früh genug ein Töpfchen und lassen Sie Ihr Kind damit spielen. Sprechen Sie über das Töpfchen und lassen Sie Ihr Kind eventuell einmal zur Toilette mitgehen. Mit Schritt 2 können Sie im Alter von 18 Monaten oder bei Interesse beginnen (Reifesignale).

#### **Schritt 3: Das Töpfchen regelmäßig verwenden**

Sie können das Töpfchen zu täglich wiederkehrenden Momenten anbieten, beispielsweise nach dem Aufstehen, nach dem Essen, vor dem Schlafengehen und wenn Ihr Kind selbst darum bittet. Durch die Vorhersehbarkeit wird ein Kind einfacher mitmachen. Sie können das Töpfchen auch anbieten, wenn Sie merken, dass Ihr Kind Pipi oder Aa machen muss.

Diesen Schritt können Sie setzen, wenn Ihr Kind dies angibt (Sie bemerken einige deutliche Reifesignale) oder ab 2 Jahren.

#### **Schritt 4: Windel aus**

Wenn die Windeln Ihres Kindes regelmäßig längere Zeit (2 Stunden) trocken bleiben oder wenn Sie denken, dass es bereit dazu ist, können Sie die Windeln weglassen. Beraten Sie sich als Eltern mit der Kinderbetreuung und umgekehrt. Wählen Sie einen Zeitraum, in dem Sie Ihr Kind einige Tage lang gut beobachten können.

#### **Nachts sauber werden**

Es geht meistens ganz von selbst, dass Kinder nachts sauber werden. Hier können Sie nicht viel tun. Es geht vor allem um Reife. Wenn Sie merken, dass Ihr Kind morgens regelmäßig eine trockene Windel hat, können Sie die Windel weglassen. Bis zum Alter von 7 Jahren sind nasse Windeln nicht anormal.

## **CHECKLISTE: Reifesignale**

VERSTEHEN: Ihr Kind kann ...

Gegenstände dorthin bringen, wohin sie gehören, z. B. Bausteine in die Schachtel.

Es versteht: Pipi gehört ins Töpfchen

genügend Sprachverständnis hat und einfache Anweisungen befolgen kann.

Es versteht den Auftrag: „Komm, wir gehen aufs Töpfchen“.

„es“ sagen oder sein Spiel unterbrechen kann. Es ist sich dessen bewusst, dass es etwas in die Windel

gemacht hat oder gerade dabei ist.

eine nasse oder schmutzige Windel unangenehm findet.\*

KÖNNEN: Ihr Kind kann ...

regelmäßig längere Zeit eine trockene Windel haben, z. B. nach dem Mittagsschläfchen ist die Windel noch

trocken.

angeben, dass es Pipi oder Aa machen muss.

alleine gehen, sich selbstständig niedersetzen und wieder aufstehen. selbst oder mit etwas Hilfe die Unterhose nach unten oder nach oben ziehen.

WOLLEN: Ihr Kind will ...

so schnell wie möglich seine nasse oder schmutzige Windel loswerden, weil es diese unangenehm findet.\*

wissen, was auf dem Töpfchen oder der Toilette passiert, es ist neugierig.

mitmachen, den eigenen Willen zeigen (und manchmal auch „Nein“ sagen).

\* Durch die Qualität der jetzigen Windeln ist eine nasse Windel nicht unangenehm, wodurch dieses Signal weniger deutlich ist.

## **Weitere Informationen, Ratschläge oder Hilfe erforderlich?**

- Sprechen Sie darüber mit der Krankenschwester, der Familienunterstützung oder dem Arzt, oder fordern Sie ein Gespräch bei einem Mitarbeiter von „Kind en Gezin“ an, der in pädagogischer Beratung geschult ist.
- Rufen Sie „Kind en Gezin“ an (078 150 100).
- Surfen Sie zu [kindengezin.be/ontwikkeling/zindelijkheid](http://kindengezin.be/ontwikkeling/zindelijkheid)