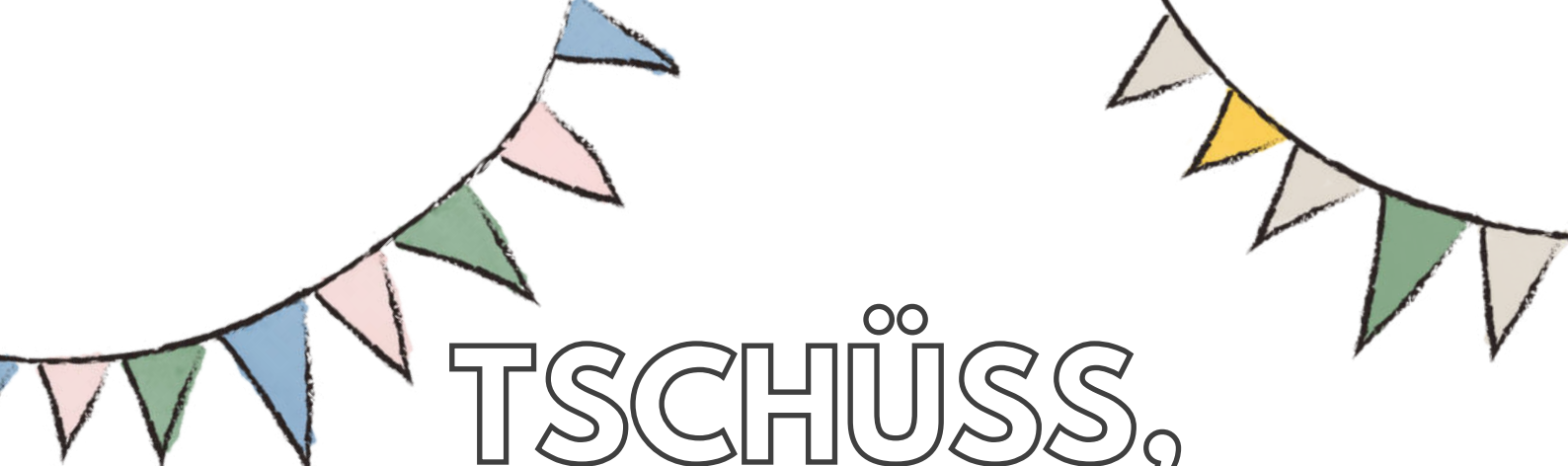




TSCHÜSS, WINDEL!



.....

EIN PRAKTISCHER RATGEBER
– WIE DU DEIN KIND IN WENIGEN
SCHRITTEN WINDELFREI BEKOMMST



pupus 



****Tschüss, Windel!****

.....

Wir haben alle schon Geschichten von Eltern gehört, deren Kinder innerhalb weniger Tage gelernt haben, aufs Töpfchen zu gehen. Das klingt fast zu schön, um wahr zu sein – aber es ist möglich! Töpfchentraining in nur wenigen Tagen liegt absolut in eurer Reichweite. Heute teilen wir sieben Tipps mit euch, mit denen euer Kind schnell und entspannt trocken wird.

Stell sicher, dass dein Kind bereit ist, sich von der Windel zu verabschieden.

.....

Wenn dein Kind noch nicht bereit ist und ihr trotzdem mit dem Töpfchentraining beginnt, kann das nach hinten losgehen – und sich über Monate hinziehen. Wie erkennst du, ob dein Kind bereit ist?

Erstens: Achte darauf, ob es nicht ständig Pipi macht und ob die Windel über 1–2 Stunden trocken bleibt. Das passiert meist um den zweiten Geburtstag herum.

Zweitens: Der Stuhlgang sollte weich sein. Wenn dein Kind unter Verstopfung leidet, ist das Toilettengehen unangenehm oder sogar schmerzhaft. In diesem Fall warte mit dem Töpfchentraining, bis das Problem gelöst ist.



Wenn du sicher bist, dass ihr bereit seid, besorge die wichtigsten Hilfsmittel:

- ein Töpfchen oder ein Toilettenaufsatz
- ein stabiler Hocker, idealerweise zweistufig
- Trainingshöschen, die du auf unserer Website **pupus.eu** findest



Trocken, nass, schmutzig

.....

Damit ein Kind weiß, wann es auf die Toilette gehen muss, muss es zunächst den Unterschied zwischen trocken, nass und schmutzig verstehen. Das bedeutet, dass ihr zumindest teilweise auf Windeln verzichten solltet – vor allem auf Einwegwindeln, da diese Feuchtigkeit kaum spürbar machen.

Damit euer Kind erkennen kann, dass es Pipi gemacht hat und dass die Unterhose nun nass ist, solltet ihr auf normale Unterwäsche oder Pupus-Trainingshöschen umsteigen. Die Trainingshöschen sind wasserdicht, schützen also die Kleidung, lassen aber trotzdem das Gefühl von Nässe zu.

Mit normaler Unterwäsche müsst ihr wahrscheinlich einige Male komplett umziehen, bevor euer Kind versteht, worum es geht.

****Trainingshöschen:****

.....

- Sie lassen dein Kind die Nässe spüren.
- Sie verstärken das unangenehme Gefühl nach dem Pipi – und genau das mögen Kinder in der Regel nicht. Das motiviert zusätzlich, die Toilette zu benutzen.
- Sie geben deinem Kind ein Gefühl von Kontrolle und Selbstständigkeit, weil es die Höschen alleine an- und ausziehen kann.ć



Frag niemals: „Möchtest du auf die Toilette gehen?“

.....

Wenn du diese Frage stellst, wirst du in 99 % der Fälle ein „Nein“ hören – denn auf die Toilette zu gehen ist langweilig, und Spielen macht einfach mehr Spaß. Außerdem lernen Kinder noch, die Signale ihres Körpers zu erkennen, wenn sie Pipi oder Kacka müssen.

Deshalb: Wenn du das nächste Mal siehst, dass dein Kind mit den Beinen wackelt oder sich hinter dem Sofa versteckt, frag nicht, ob es zur Toilette will. Sag stattdessen:

„Max, ich sehe, dass du mit den Beinen zappelst / dich hinter dem Sofa versteckst. Dein Körper sagt dir, dass es Zeit für Pipi oder Kacka ist.“

Wenn du es so formulierst, lässt du kein „Nein“ als Antwort zu – und gleichzeitig hilfst du deinem Kind, die Körpersignale besser zu verstehen.



Nicht länger als 5 Minuten

.....

Wenn ihr auf der Toilette seid, achte darauf, dass ihr dort nicht länger als 5 Minuten bleibt – egal ob ihr auf Pipi oder Kacka wartet.

Es ist wichtig, dass dein Kind das Sitzen auf der Toilette nicht mit einer Strafe verbindet. Das kann passieren, wenn es zu lange dort sitzen muss.





Pipi ja, Kacka nein?

.....

Wenn dein Kind anfangs ablehnt, sein großes Geschäft auf der Toilette zu machen, ist das völlig normal. Zwing es auf keinen Fall dazu. Viele Kinder lernen genau diese Fähigkeit als Letztes.

Warum? Weil auf die Toilette zu gehen ... beängstigend sein kann! Kinder haben Angst, dass das Wasser sie anspritzt, dass sie beim Kaka „einen Teil von sich verlieren“, dass die Toilette sie verschluckt – oder sie erinnern sich an Schmerzen beim letzten Mal. Deshalb wollen sie das nicht bewusst wiederholen.

Um deinem Kind zu helfen, diese Angst zu überwinden, geh schrittweise vor. Lass es die Toilette zunächst als Ort kennenlernen, an dem man sein großes Geschäft macht.

Es kann weiterhin eine Windel tragen – aber bitte nur im Badezimmer. Verstecken hinter dem Sofa oder in anderen Zimmern sollte nicht erlaubt sein. Wenn das Geschäft erledigt ist, nehmt gemeinsam die Windel ab, entleert sie in die Toilette und spült zusammen – mit den Worten: „Die Kacka geht ins Klo.“

Wenn dein Kind trotzdem auf der Windel besteht, könnt ihr als nächsten Schritt versuchen, es mit Windel auf den Topf oder die Toilette zu setzen. Wenn auch das nicht hilft, kannst du sogar ein Loch in die Windel schneiden – so hat das Kind das vertraute Gefühl, aber der Inhalt landet trotzdem im Klo.

So verabschiedet ihr euch Schritt für Schritt von der Windel.



Unfälle!

.....

Während des Töpfchentrainings wird es ganz sicher zu Unfällen kommen. Wie du darauf reagierst, hat direkten Einfluss darauf, wie lange die Lernphase dauert – und wie oft solche Missgeschicke passieren.

Schimpfen, genervte Blicke oder Kopfschütteln erhöhen den Stress deines Kindes und verlängern den Prozess nur. Es könnte anfangen, sich vor deiner Reaktion zu fürchten – und sich verstecken, wenn es das Bedürfnis spürt.

Deshalb: Bleib ruhig und sag zum Beispiel:
„Lina, ich sehe, es ist ein kleines Missgeschick passiert – deine Hose ist nass.
Komm, wir gehen ins Bad und ziehen dich um.“

Wichtig ist, dass das Umziehen im Badezimmer oder auf der Toilette stattfindet, nicht im Kinderzimmer oder im Flur. Lass dein Kind – so gut es geht – viele Schritte selbst machen: Hose ausziehen, eventuell noch zur Toilette gehen, spülen, sich waschen, frische Kleidung anziehen und Hände waschen.

So gewöhnt es sich an den gesamten Ablauf.



Bequemlichkeit ist das A und O

Es ist sehr wichtig, dass sich dein Kind auf der Toilette wohlfühlt. Jeder von uns muss die Muskeln entspannen können, um sich zu entleeren. Wenn dein Kind sich festhalten muss, damit es nicht in die Toilette rutscht, oder wenn die Muskeln angespannt sind, klappt das nicht.

Damit das große Geschäft möglichst leicht fällt, sollten die Knie höher sein als die Hüfte – deshalb sind zweistufige Tritthocker die beste Wahl. Auch ein Töpfchen ist eine gute Option, da dein Kind dort automatisch diese entspannte Position einnimmt.

Das war's!

Wir hoffen, unsere Tipps helfen euch weiter – und dass ihr euch bald von der Windel verabschieden könnt (auch wenn es unsere schönen Pupus-Windeln sind 😊).

Lasst uns wissen, wie es bei euch gelaufen ist und ob unsere Trainingshöschen euch dabei geholfen haben.

Liebe Grüße!



pupus