

Informationen zur Sauberkeitserziehung

Der Entwicklungsverlauf der Blase- und Darmkontrolle

Bei diesem Entwicklungsverlauf handelt es sich um einen Reifeprozess, der abhängig ist von der individuellen Entwicklungsgeschwindigkeit und der Eigeninitiative des Kindes. Er kann 2 bis 4 Jahre dauern und wird in die Blasen- und Darmkontrolle unterteilt.

Die Entwicklung beginnt bereits mit der unwillkürlichen Urin- und Kotabgabe. Die unwillkürliche Harnabgabe wird bereits im Säuglingsalter über Thermo- und Feuchtigkeitsrezeptoren wahrgenommen. Manchmal ist währenddessen bei Säuglingen ein kurzes Körperzittern sichtbar oder sie kommentieren den Vorgang lautlich.

Bei den meisten Kindern zwischen dem 18. und dem 24. Lebensmonat ist die Ausreifung der Nervenbahn „Pyramidenbahnen“ (zwischen Gehirn und Blase sowie Gehirn und Darm), die verantwortlich ist für das Empfinden einer vollen Blase, bzw. des Darms.

Meist die Darmkontrolle vor der Blasenkontrolle, mit ca. drei Jahren, abgeschlossen. Das resultiert daraus, dass die Darmentleerung seltener als Urinabgabe ansteht und das Druckgefühl des Enddarms frühzeitig wahrnehmbar ist.

Unabhängig von Alter und Entwicklungsverlauf durchlaufen alle Kinder bestimmte Etappen:

- Stuhl- und Harndrang werden vom Kind wahrgenommen und mit einer Aktivitätsunterbrechung beantwortet
- Kinder weisen auf Kot- oder Urinabgabe in der Windel hin - das Kind signalisiert damit sein Interesse am Geschehen
- Kinder zeigen körperliche Signale, um die Harnabgabe zu verhindern (tippeln oder tänzeln z.B. auf der Stelle)
- Kind meldet die bevorstehende Harnabgabe

Abschluss der Entwicklung und kleine entwicklungsbegleitende Rückschritte

Im ersten Schritt erlangt das Kind zuerst die Kontrolle des Darms, dann die der Blase tagsüber und im Anschluss daran die Blasenkontrolle nachts.

Die Mehrzahl der Kinder ist im dritten Lebensjahr trocken, einige auch schon nach dem zweiten Geburtstag. Vereinzelt oder auch länger anhaltende Rückfälle gehören zum normalen Entwicklungsverlauf mit erneutem Einnässen oder gar Einkoten, z.B. bei Infektionskrankheiten, Betreuungswechsel, Geburt eines Geschwisterkindes, Umzug o.ä...

Zwischen dem dritten und fünften Lebensjahr wird die bewusste, willkürliche Blasenkontrolle immer stabiler. Nicht nur, dass nichts mehr unkontrolliert in die Hose geht, sondern auch, dass eine dringende Harnabgabe noch kurz hinausgezögert werden kann. Auch ohne Harndrang „im Voraus“ urinieren können, z.B. vor einer langen Autofahrt, gehört zum Erreichen stabiler Blasenkontrolle.

Wenn ein Kind trotzdem nochmal einnässt, passiert dies häufig in intensiven Spielphasen. Meist wird der Toilettengang „vergessen“. Das Kind muss Erfahrungen sammeln, wie lange es den Toilettengang hinauszögern kann.

Mit fünf Jahren sind 85 % der Kinder eigeninitiativ trocken und sauber, deshalb spricht man zwischen dem 3. und 5. Geburtstag noch nicht von perfekter Sauberkeit. Erst nach dem fünften Lebensjahr spricht man vom kindlichem Einnässen, welches eher seltenen organischen Ursachen hat.

Begleiten der Entwicklungsschritte

Mit der Unterstützung der Sauberkeitserziehung sollte erst nach dem Ausreifen der entsprechenden Nervenbahnen begonnen werden, bzw. wenn das Kind erste Anzeichen dafür zeigt. Kinder sind meist am Ende des zweiten Lebensjahres für erste Schritte bereit, z.B. durch Modell und Nachahmung und der Förderung der Selbständigkeit in diesem Bereich. Dies kann die Anleitung für Toilettennutzung beinhalten, aber auch das Bereitstellen von unkomplizierter Kleidung und Hilfsmittel für Toilettennutzung, z.B. Toilettensitz oder Treppchen vor der Toilette.

Bei Rückfällen ist eine liebevolle und unterstützende Begleitung der Bezugspersonen zum Überwinden dieser Phase von Vorteil für das Kind. Das Ausüben von Druck oder Schimpfen kann Gegendruck oder Versagensängste auslösen.

Um ein Einnässen während intensiver Spielphasen zu vermeiden, sind folgende Vorgehensweisen zu empfehlen:

- dem Kind Hinweise auf einen notwendigen Toilettengang geben
- zusagen, dass es danach sofort weiterspielen darf
- Kind macht die Lernerfahrung, dass ein rascher Toilettengang schneller und unkomplizierter ist als das zeitaufwendige Reinigen und Umziehen nach dem Einnässen

Versuche, die Entwicklung durch eine frühe, intensive Sauberkeitserziehung zu beschleunigen, sind meist wirkungslos. Keine altersgemäße Unterstützung oder gar die Bestrafung sind in der Sauberkeitserziehung eher Faktoren, die das Hinauszögern des Entwicklungsschrittes zur Folge haben.

(Quelle:

Haug-Schnabel, Gabriele (2011): Physiologische und psychologische Aspekte der Sauberkeitserziehung

Verfügbar unter: www.kita-fachtexte.de/uploads/media/FT_haug_schnabel_2011.pdf)