



ELTERNINFORMATION

# Windel frei werden

Ein wichtiger Entwicklungsschritt



**STADT  
NIDDERAU**

**Stadt Nidderau**

Am Steinweg 1 · 61130 Nidderau

Telefon: 06187 - 299 180 · E-Mail: [info@nidderau.de](mailto:info@nidderau.de)

Internet: [www.nidderau.de](http://www.nidderau.de)

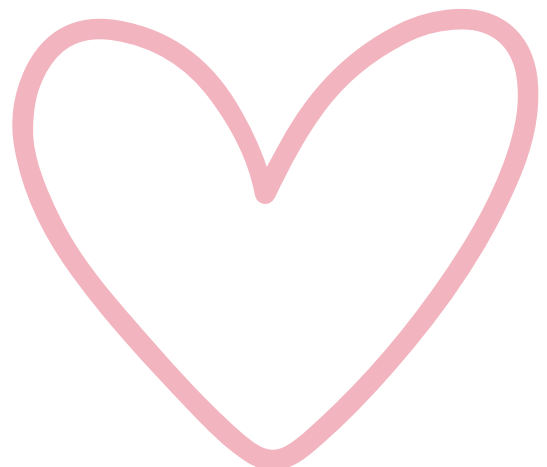


# Leitgedanken zur Windelfreiheit

## Begrifflichkeiten im Wandel

Unser gewählter Begriff "Windelfrei werden" oder "Ausscheidungsautonomie" betont im Gegensatz zu den früheren Begriffen "Sauber werden" oder "Sauberkeitserziehung" den Willen der Kinder, sich aus der Abhängigkeit von der Windel zu befreien. Denn darum geht es ja: Sie werden ihre Windel los und können die Welt erleichtert erkunden.

Dagegen ist der Begriff der "Sauberkeitserziehung" defizit orientiert. Er unterstellt fälschlicherweise, "Windelfreiheit" könne durch pädagogische Maßnahmen erreicht werden und verkennt zugleich die tatsächliche kindliche Entwicklungsleistung.





# Sauberkeitserziehung?

## Unser Wunsch

Unser Infolyer zu diesem Thema soll Sie als Eltern darin bestärken, gelassen zu sein, und Sie überzeugen, dass dieser Prozess - wie das Laufen oder Sprechen - ein Ergebnis der individuellen körperlichen und geistigen Entwicklung Ihres Kindes ist.

“Ausscheidungsautonomie“ ist eine Aufgabe für mindestens zwei Personen: eine Entwicklungsaufgabe des Kindes und eine erzieherische Herausforderung seitens der Erwachsenen, die Achtsamkeit und Sensibilität verlangt.



## Zusammenarbeit mit Eltern

Eltern übergeben gerne das Begleiten der “Ausscheidungsautonomie“ in die Hände der Tagespflegeperson oder pädagogischen Fachkräfte.

Jedoch können Eltern nicht erwarten, dass ihr Kind in der Kindertagespflege oder Kita sozusagen von alleine ausscheidungsautonom wird. Die Entwicklungs-Begleitung zur Ausscheidungsautonomie müssen beide Lebenswelten gemeinsam angehen.

Allerdings: Kinder in Betreuung werden häufiger früher ausscheidungsautonom als Kinder, die ausschließlich zuhause betreut werden.

## Gut zu wissen:

### 30 Monate kostenfreier Windelsack-Service oder Nutzung des Stoffwindelsystems

Den kostenfreien Windelsack-Service (24 Stück pro Halbjahr) können alle Nidderauer Familien mit Kindern bis zu einem Alter von 30 Monaten unter Vorlage der Geburtsurkunde beantragen. Antragsformulare stehen online, sind aber auch wie die Abfallsäcke an der Rathauspforte erhältlich.

Die Nutzung eines Stoffwindelsystems wird bis zu einem Kindesalter von 30 Monaten bezuschusst. Kleinkindern wird der Zuschuss zunächst nur für ein Lebensjahr (bis einschließlich 12. Lebensmonat) gewährt. Für das zweite Lebensjahr (bis einschließlich 24. Lebensmonat) und für das dritte Lebensjahr (bis einschließlich 30. Lebensmonat) ist ein erneuter Antrag zu stellen.

Der Antrag auf Zuschuss ist spätestens bis zum Ablauf des jeweiligen Lebensjahres zu stellen. Abgelaufene Zeiträume können nicht mehr berücksichtigt werden. Ein entsprechender Nachweis (Geburtsurkunde vom Kind, Rechnungsbeleg über den Kauf der Stoffwindeln bzw. über die Nutzung eines Windeldienstes) ist dem Antrag beizufügen. Für den Zeitraum, für den bereits Windelsäcke ausgegeben bzw. verwendet wurden, kann kein Zuschuss gewährt werden.

## Jeder Entwicklungsschritt braucht Zeit

Die Windelfreiheit der Kinder - der Abschied von der Windel - hängt von ihrer jeweiligen kognitiven und körperlichen Entwicklung und Reife ab.

Sicher ist aber: Langfristig brennt jedes Kind darauf, groß und selbstständig zu werden. Wenn wir darauf vertrauen, ist der Abschied von der Windel im Grunde ganz einfach. Dann gelingt die Windelfreiheit ganz ohne Stress.



# Der richtige Zeitpunkt

## Der richtige Zeitpunkt

Windelfreiheit setzt eine gewisse körperliche Reife voraus. So müssen Muskeln, die bisher einem bestimmten Reflex folgten, allmählich mit dem zentralen Nervensystem verschaltet werden. Diese Nervenbahnen müssen ausgebildet sein, damit das Kind seine Blasen- und Enddarmmuskulatur kontrollieren kann.

Kinder werden also durch ein früheres "Toilettraining" nicht schneller windelfrei.

Die meisten Kinder können zuerst ihren Darm kontrollieren, dann folgt meist die Blase am Tag und zuletzt wird die Blase in der Nacht kontrollierbar. Diese Eigeninitiative beginnt frühestens zwischen dem 12. und dem 24. Lebensmonat, bei den meisten Kindern zwischen dem 18. und 36. Lebensmonat.

Mädchen sind gegenüber Jungen früher aktiv, windelfrei zu werden. Das Hauptaugenmerk sollte daher nicht auf das Alter des Kindes gelegt werden. Es ist ein weit verbreiteter Irrtum zu glauben, dass Kinder mit drei Jahren tagsüber schon keine Windel mehr benötigen und mit fünf Jahren auch nachts keine Windeln mehr brauchen.

## Der Weg zum Topf beginnt im Kopf

Das Interesse der Eltern, ihre Kinder aus den Windeln zu bekommen, ist verständlich. Ständiges Fragen jedoch ("Musst Du jetzt?") verunsichert das Kind. Es lernt von ganz alleine, wann es muss, ob mit oder ohne Windeln.

Kleinkinder müssen erst einmal begreifen, was vor sich geht, wenn man plötzlich beim Spielen Pipi machen muss. Das wissen sie nämlich nicht, geschweige denn, dass sie ihre Blase und ihren Darm kontrollieren könnten.

## Abschied von der Windel

Mit 2 bis 2,5 Jahren beginnen viele Kinder ihre Windelfreiheit. Sie können jetzt ihren Schließmuskel zunehmend beherrschen und die Nervenbahnen, die dem Gehirn melden "Der Darm ist voll", sind allmählich ausgereift. Ihr Kind merkt, dass es mal muss.



Zeigen Sie ihm das Töpfchen, die Toilette und was man da so macht - so können Sie herausfinden, ob schon ein gewisses Interesse keimt.

Ob Sie Ihrem Kind einen Topf oder einen Toilettenaufsatz kaufen, ist dabei egal. Der Topf hat den Vorteil, dass er immer zur Hand ist. Ihr Kind kann so auch auf der Toilette ausprobieren, wie es zurzeit am liebsten alles macht: Selbstständig und alleine.

Wenn Sie Ihrem Kind dafür unterstützend Hosen mit Gummizug anziehen, kann es sich ganz leicht selbst aus- und wieder anziehen.

Von guten Erfahrungen berichten Eltern, die gar nicht so viel Aufhebens um die ganze Geschichte mit dem "Geschäftchen" machen.

Leichter lernt es sich, wenn es nebenbei passiert.



# Das Alltagsgeschäft

## Tim's Eltern haben Glück gehabt:

Sein Entschluss, jetzt, wo ein kleiner Bruder gewickelt wird, auf die Windeln zu verzichten, hätte auch andersrum ausfallen können.

Schließlich hat Tim die Geburt eines Geschwisters zu verkraften. Und das kann bei manchen Kindern dazu führen, dass sie wieder Windeln brauchen, obwohl sie bereits ausscheidungsautonom waren.

Pia hat gerade die Windpocken überstanden und Oles Familie einen Umzug - das alles sind höchst ungünstige Zeitpunkte, um die Sache mit den trockenen Hosen in Angriff zu nehmen.

## Weitere Stressoren, die störend sein können:

- ein Umzug ins eigene Zimmer
- alterstypische Ängste
- Betreuungswechsel
- Veränderungen in der Familienstruktur
- z.B. Geburt eines Geschwisterchen oder Trennung der Eltern
- Krippen- oder Kitastart

## Und Nachts?

Auch wenn Ihr Kind tagsüber schon länger die Toilette benutzt, braucht es nachts oft noch eine Windel. Nur eine volle Blase erzeugt das Spannungsgefühl, das zum Weckreiz führt. Da hilft es auch nicht, abends nichts mehr zu trinken oder gar das Kind nachts zu wecken, damit es auf die Toilette geht. Es soll ja lernen, selbst aufzuwachen.

Bieten Sie Windeln an, bis Ihr Kind sich entschließt nachts ohne zu schlafen. Eine Gummi-Einlage vermeidet allzu große "Unfälle".

Licht auf der Toilette oder ein Topf neben dem Bett erleichtern das Lernen.

## In der Kita/ bei der Tagespflegeperson

Fast immer stellen Eltern beim Erstgespräch mit der Tagespflegeperson oder in der Kita die Frage: "Ab wann setzen Sie die Kinder auf den Topf? Wann muss mein Kind trocken sein?"

Wenn dann die Antwort ist "gar nicht" und "wenn es soweit ist", sind viele Eltern erstaunt. Manche haben Einwände gegen das Abwarten und meinen, Ihr Kind müsste mit einem Jahr windelfrei sein. Wenn nicht, werden sie ungeduldig.

Erfahrene Tagespflegepersonen und pädagogische Fachkräfte verzichten auf feste Topf- oder Toilettenzeiten. Genau wie die Erwachsenen erledigen Kinder ihr Geschäft selten immer zur gleichen Tageszeit.

Kinder müssen lernen, sich zu melden und ihr Bedürfnis anzuzeigen, statt sich daran zu gewöhnen, jeden Tag um die gleiche Zeit geduldig auf dem Topf zu sitzen, ohne dass etwas geschieht. In den Augen eines Kindes muss es sich "lohnend", windelfrei zu werden.

Es ist wichtig, dass Kinder, die von allein und rechtzeitig zur Toilette gehen, keinen Zuwendungsverlust seitens pädagogischer Fachkräfte erleiden.

Denn beziehungsvolle Pflegesituationen sind wichtige Momente gemeinsamer Aufmerksamkeit und Interaktionsqualität zwischen Kind und Fachkraft.

Deshalb wird in allen städtischen Kinderbetreuungseinrichtungen und bei den Tagespflegepersonen in Nidderau die Windelfreiheit Ihres Kindes nur begleitet. Hier findet keine "Erziehung" zur Windelfreiheit statt.

Achtung! Mit der Ausscheidungsautonomie beginnt häufig/ meist auch die kindliche Scham. D.h. das Kind möchte selbst bestimmen, wer es beim Toilettengang begleiten und/ oder unterstützen oder wer in Pflegesituationen zuschauen darf oder wer eben auch nicht.

Es ist wichtig, diese Schamgrenzen zu respektieren und achtsam zu beantworten.



# Gute Tipps

- Wenn Ihr Kind noch keine Lust hat, aus den Windeln zu steigen - lassen Sie ihm Zeit.
  - Lassen Sie Ihr Kind mit dem Töpfchen spielen, damit es sich daran gewöhnt.
  - Auch "Probesitzen" mit Windel oder Kleidung ist prima, wenn Ihr Kind zeigt, dass es Lust darauf hat.
  - Ziehen Sie Ihrem Kind nur Kleidung an, die es schnell alleine ausziehen kann z.B. Hosen mit Gummizug.
  - Erklären Sie Ihrem Kind, dass Stuhlgang der "Abfall vom Essen" ist und dass nur dieser Abfall in der Toilette weggespült wird. So kann es mit seinem "Verlust" besser umgehen.
  - Der Abschied von der Windel fällt im Sommer besonders leicht: Wer nackt herumlaufen kann, erlebt seinen Körper und was mit ihm möglich ist ganz direkt.
- Kinder brauchen kein Training um ausscheidungsautonom zu werden, sondern elterliche Vorbilder zum Nachahmen und die Unterstützung der Eltern in dem Bestreben selbstständig zu werden.
- Ihr Kind braucht immer wieder ehrlich gemeinte Ermutigung und Lob.
  - Freuen Sie sich mit ihm, wenn es etwas in das Töpfchen oder Klosett gemacht hat.
  - Begeisterungstürme sind jedoch nicht angebracht, da sie nicht echt wirken.
  - Bleiben Sie gelassen bei Rückfällen - Leistungsdruck erzeugt Angst zu versagen und vor lauter Angst macht man sich schnell in die Hose.
  - Vereinzelt, mitunter länger andauernde Rückfälle in Phasen nicht perfekter Blasen- und Darmkontrolle sind völlig normal und gehen oft mit Entwicklungsschüben in anderen Bereichen einher.





# Weitere Infos zum pädagogischen Konzept erhalten Sie hier:

[www.nidderau.de/leben-wohnen/familie-soziales/kinderbetreuung/](http://www.nidderau.de/leben-wohnen/familie-soziales/kinderbetreuung/)

Ebenfalls weiterführende Informationen zum Thema  
Ausscheidungsautonomie finden Sie u.a. auch hier:

**Podcast "Fea's naive Welt"**

<https://feasnaivewelt.podigee.io/94-sauberkeitsentwicklung1>

**Podcast "selbstbestimmt-windelfrei-werden"**

[www.herder.de/kk/zeitschrift/podcast/im-gespraech-mit-heliaschneider-selbstbestimmt-windelfrei-werden](http://www.herder.de/kk/zeitschrift/podcast/im-gespraech-mit-heliaschneider-selbstbestimmt-windelfrei-werden)

**Online-Familienhandbuch des Institutes für Frühpädagogik**

[www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de)

oder natürlich jederzeit in Ihrer städtischen Kita.

