

## Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

**Kinder spielend fördern, Wissen spannend vermitteln! – Kreative Ideen und Materialien für Krippe, Kindergarten, Kita und Hort**

Thema: Kinder unter drei - Umsetzung & Materialien, Ausgabe: 16

Titel: Von der Windel zur Toilette - Das eigene Körpergefühl entdecken (18 S.)

Von: Christel Spitz-Güdden

### Produktinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus dem Programm »Kindergärten/Kita« der Mediengruppe Oberfranken.\* (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

- ▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Seit über 15 Jahren entwickeln erfahrenen Pädagoginnen und Pädagogen unsere fertig ausgearbeiteten Materialien mit vielfältigen Anleitungen, Kopiervorlagen, Liedern, Geschichten, Experimenten, Bastelideen, Exkursionen und Spielvorschlägen für alle Bildungsbereiche sowie für Kinder unter 3.

- ▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

\* Ausgaben bis zum Jahr 2016 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

### Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter [www.edidact.de/kita](http://www.edidact.de/kita).

### Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet. Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

### Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf (in Gruppengröße) Fotokopien zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

- ▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

### Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: [service@edidact.de](mailto:service@edidact.de)

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG  
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

<http://www.edidact.de> | <https://bildung.mgo-fachverlage.de>

## Von der Windel zur Toilette – Das eigene Körpergefühl entdecken

→ ■ Praxiskarte 7.5

*Christel Spitz-Güdden*

### Inhalt:

1. Die Wahrnehmung und Steuerung der Körpersignale
2. Die Blasen- und Darmkontrolle
3. Wer will eigentlich sauber werden?
4. Ein sensibler Umgang ist gefragt
  - 4.1 Die Geduld der Erwachsenen
  - 4.2 Wettbewerb und Druck von außen
5. Jedem Kind das eigene Tempo
6. Wie kann man die Entwicklung einer guten Körperwahrnehmung unterstützen?
7. Was sollten pädagogische Fachkräfte und Eltern beachten?
8. Literatur

### 1. Die Wahrnehmung und Steuerung der Körpersignale

Wenn ein Baby auf die Welt kommt, ist es noch nicht in der Lage, gezielte, komplexe Bewegungen und Bewegungsvarianten zu steuern oder einzusetzen. Es muss seinen Körper und damit auch seine eigenen Möglichkeiten erst nach und nach kennenlernen. Dazu braucht es vielfältige Erfahrungen – Erfahrungen mit allen Sinnen. Über das Sehen, das Riechen, das Tasten und Greifen, das Festhalten und Loslassen, das Schmecken und ganz allgemein das Körpererleben erfährt und lernt das Kind seinen Körper kennen und in verschiedenen Situationen unterschiedlich wahrzunehmen.

Die Fähigkeit, die eigenen **Körpersignale richtig zu deuten und bewusst zu steuern**, ist die Basis für die Darm- und Blasenkontrolle. Diese bewusste Steuerung ist erst nach einer gewissen **körperlichen Reifung und Entwicklung** möglich. Leider gibt es in der Sauberkeitserziehung viel zu viele Halbwahrheiten, sodass das „Sauberdwerden“ häufig gleichgesetzt wird mit erfolgreicher Erziehungsbegleitung. Genau dieser Fehlannahme möchte dieser Artikel entgegenwirken!

## 2. Die Blasen- und Darmkontrolle

Heute weiß man mit Sicherheit, dass bereits im dritten Schwangerschaftsmonat die **Nieren** des Kindes ihre Funktion aufnehmen. Das Kind entleert in regelmäßigen Abständen seine Blase. Daraus kann man folgern, dass das Fruchtwasser zu einem großen Teil auch aus dem Urin des Kindes besteht.

Anders verhält es sich mit dem **Darm**. Er nimmt seine Tätigkeit erst nach der Geburt auf, spätestens am zweiten Lebenstag. Säuglinge können fünf- bis zehnmal täglich Verdauung haben. Es gibt aber auch Säuglinge, die nur alle fünf bis sieben Tage in die Windel machen. Solange der Stuhl nicht zu hart ist und der Säugling nicht von Bauchweh geplagt wird, ist auch das normal.

In unseren westlichen Kulturen ist es übliche Praxis, Kinder mit Stoffwindeln oder Pampers zu versorgen, um so eine gute Hygiene zu gewährleisten. Hier stellt sich nun die Frage, wie dies in **anderen Kulturen** gehandhabt wird: Wie machen es Mütter, die ihre Kinder in Tüchern am Körper tragen? Remo Largo schreibt dazu:

*„Millionen Mütter in Afrika, Asien und Südamerika tragen ihre nackten Säuglinge an ihrem Körper. Wie gelingt es ihnen, nicht von ihnen beschmutzt zu werden? Um dies zu verhindern, hat die Natur folgenden Mechanismus entwickelt: Einige Sekunden bevor der Säugling Urin oder Stuhl ausscheidet, stößt er einen kurzen charakteristischen Schrei aus und macht mit Körper und Beinchen ruckartige Bewegungen. Durch dieses Signal vorgewarnt, hält die Mutter den Säugling von ihrem Körper weit genug weg, damit sie nicht beschmutzt wird. Auch unsere Kinder zeigen im Neugeborenen- und Säuglingsalter dieses Verhalten (Duché). Weil wir nicht mehr darauf reagieren, verliert es sich bereits nach einigen Wochen. Manche Kinder zeigen aber noch nach Monaten mit Schreien, motorischer Unruhe oder mimischen Reaktionen an, wenn sie die Blase oder den Darm entleeren müssen.“ (Largo 2010, S. 535)*

Untersuchungen haben ergeben, dass sich das Verhalten der Eltern hinsichtlich der **Sauberkeitserziehung** seit den 1950er-Jahren verändert hat. Während es früher selbstverständlich war, Kinder auch schon vor ihrem ersten Geburtstag auf den Topf oder die Toilette zu setzen, beginnen die meisten Eltern heute mit der Sauberkeitserziehung, wenn das Kind zwei Jahre alt ist.

Bei der Beschäftigung mit dem Thema „Sauberwerden“ sollten folgende Sachverhalte berücksichtigt werden:

- Das Erreichen der Blasenkontrolle ist zuerst ein **Reifungsphänomen**.
- Reifung bedeutet in diesem Zusammenhang, dass **sowohl der Ablauf als auch die Geschwindigkeit** der Entwicklungsschritte als **festes Programm** in jedem Kind angelegt sind und von seinem Gehirn aus gesteuert werden. Weder die Reihenfolge der Entwicklungsschritte noch die Zeit, die die einzelnen Schritte zu ihrer Entfaltung brauchen, können also durch Lernangebote „von außen“ beeinflusst oder gar verändert werden.
- Für das große Ziel „Blasenkontrolle“ reifen im Gehirn zunächst die **Schaltungen** heran, die für die Reduzierung der vielen Harnabgaben zuständig sind, ein größeres Blasenvolumen zulassen und schließlich Harndrangempfinden bei voller Blase ermöglichen. Es folgt die **Wahrnehmung** der langsam ansteigenden Blasenfüllung. Und schließlich kommt es zu der Fertigkeit, auch bei geringer Blasenfüllung – auf Aufforderung oder wenn nötig – **Harn lassen** zu können.
- Erst wenn der jeweilige Reifungsprozess abgeschlossen ist, können Feinheiten der Blasenkontrolle dazugelernt werden. Erst jetzt kann **Erziehung** zum Einsatz kommen und überhaupt erfolgreich sein.
- Die Entwicklung der Blasenkontrolle ist übrigens **nicht der einzige Reifungsprozess im Körper**: Auch das Laufen „lernt“ man nicht, sondern man kann es einfach irgendwann. Dabei handelt es sich ebenfalls um einen Reifungsvorgang, einen allein vom Gehirn gesteuerten Entwicklungsprozess. Alles, was zum Laufen gehört – die Bewegungsabfolge, die Koordination der Einzelbewegungen und das dazugehörige Gleichgewichtsgefühl – entwickelt sich im Inneren des Kindes ohne jede Übung. Steht dieses Grundprogramm der Fortbewegung, können „Spezialitäten“ gelernt werden, z.B. das Laufen auf unterschiedlichen Oberflächen oder das Rennen, Springen, Hüpfen und alle möglichen „Kunststücke“.

(vgl. Haug-Schnabel 2006, S. 43 f.)