

Checkliste Abhalten von Babys ab Geburt



Ab wann abhalten und wie erkenne ich es?

In den ersten 3 Monaten befinden sich Babys in der sensiblen Phase zur Ausscheidung. Sie teilen uns ihr Ausscheidungsbedürfnis mit, indem sie:

- Augenkontakt aufnehmen
- unruhig werden
- Ton angeben
- und schliesslich weinen.

Es ist ein frühkindlicher Reflex, d.h. Babys wollen abgehalten werden, weil es biologisch angelegt ist → deswegen ist es so einfach abzuhalten! Die Eltern bringen einen Rhythmus ein, d.h. sie halten das Baby ab:

- nach dem Aufstehen / vor dem Zubettgehen
- vor dem Verlassen der Wohnung / beim Nachhausekommen
- beim Wechseln der Windeln
- immer dann, wenn Eltern auch müssen etc.
- dazwischen, wenn das Baby uns sein Ausscheidungsbedürfnis kommuniziert (die Signale verlieren sich jedoch nach 3 Monaten), darum führen die Eltern das Kleinkind liebevoll, wodurch ein Rhythmus entsteht.

Wie halten am Waschbecken?

- An den Oberschenkeln/am Po locker halten, Baby-Rücken an dich gelehnt.
- Finde deine Position, sei intuitiv – es gibt kein richtig und falsch hier.
- Etwas warmes Wasser über die Genitalien laufen lassen, kann stimulierend wirken, ebenso ein sanftes „Pssssss“.

Schau, dass es dir bequem ist, dadurch bist du locker, gelassen und sicherer. Sei geduldig, summe sanft und gib deinem Baby genug Zeit (dies kann manchmal einige Minuten dauern). Wenn nichts kommt, dann ist es halt so: Das Kind konnte allenfalls trotzdem Gase ablassen, was Blähungen verhindert.





Wo abhalten?

An unterschiedlichen Orten abhalten, damit das Gehirn nicht auf 1 Ort konditioniert/fixiert ist und dann später nirgendwo anders ausscheiden kann, z.B.:

- über ein Waschbecken / eine Toilette
- draussen (hinter einem Baum etc.) → Kaka in ein Säckli aufheben
- auf der Toilette mit dem Baby sitzen, Erwachsener sitzt dahinter (z.B. im Restaurant, Einkaufszentrum, bei Freunden)
- auf dem Töpfchen



Sobald es **Krabbeln** kann, das Töpfchen sichtbar und gut für das Kleinkind erreichbar aufstellen, am besten im Wohnzimmer. Wenn es ausscheiden muss, krabbelt das Baby zum Töpfchen, gibt einen Laut vor sich um zu zeigen: „Ich muss mal“ – die Eltern ziehen die Hose aus und helfen ihm, wo nötig („Hilf mir es selbst zu tun“).



Das Baby und später Kleinkind muss nicht speziell zur Ausscheidung motiviert oder am Schluss gelobt werden – ausscheiden ist etwas ganz natürliche s und normales.



Und beim Stillen?

Das Baby in ein Tuch wickeln (so kann es besser abgehalten werden) und stillen / Flasche geben. Sobald es aufhört zu trinken (es bleibt an der Brust!), es Augenkontakt aufnimmt, allenfalls noch Laute von sich gibt, ist dies das Zeichen, dass es ausscheiden muss: Das Baby von der Brust wegnehmen und es abhalten, dann erst weiter stillen. Dies ist der gastrokologische Reflex.



Online Kurs

Entwicklungspädagogik: Soziobiologie

- In den ersten 3 Monaten **sendet** das Baby – wir reagieren sogleich auf seine Grundbedürfnisse (Hunger → Essen geben / Ausscheiden → Abhalten / müde → schlafen / entladen → weinen zur Regulation / Nähe, Unsicherheit → Tragen und liebevoll führen) – das Baby sendet.
- Ab dem 4. Monat ist das Baby bereit zu **empfangen**, d.h. wir geben ihm die entsprechenden Signale.
- Ein Verhalten, welches wir begrüssen, erwidern wir mit Aufmerksamkeit (Augenkontakt). Ein Verhalten, welches wir nicht fördern wollen, drehen wir den Kopf weg oder wir drehen uns um (nicht gleichzusetzen mit einem Erwachsenen).

Weitere Informationen und Kurse findest du unter: <https://epm-paedagogik.ch/>