



Kanton Zürich
Bildungsdirektion



kjz

So klappt's mit dem Trockenwerden



Gesundheit

0–4 Jahre

Kinder entwickeln sich in allen Bereichen sehr unterschiedlich, auch beim Trocken- und Sauberwerden. Es gibt keinen richtigen oder falschen Zeitpunkt für den Abschied von den Windeln. Bis Ihr Kind kontrolliert auf die Toilette geht, braucht es Zeit und Geduld.

So können Sie Ihr Kind unterstützen

Anzeichen beachten

Ihr Kind ist nicht schneller trocken, wenn Sie früh beginnen, es ohne Anzeichen aufs Töpfchen zu setzen. Meist zeigt es durch Mimik und Äusserungen, wann es soweit ist. Zum Beispiel indem es sich für die Toilette interessiert oder auf seine vollen Windeln aufmerksam macht.

Zeigen und erklären

Zeigen Sie Ihrem Kind das Töpfchen und erklären Sie ihm, wofür es genutzt werden kann. Manche Kinder wollen von Anfang an auf die Toilette, dann sind Toilettenaufsätze für Kinder hilfreich. Probieren Sie mit Ihrem Kind aus, womit es am besten zurechtkommt.

Geeignete Kleider anziehen

Ziehen Sie Ihrem Kind Kleider an, die es schnell aus- und anziehen kann und zeigen Sie ihm, wie es sich alleine entkleiden kann. So unterstützen Sie Ihr Kind, selbstständig zu sein.

Loben und gelassen bleiben

Ermutigen Sie Ihr Kind, einzelne Schritte selbst zu bewältigen. Loben Sie Ihr Kind, wenn es das Töpfchen oder die Toilette erfolgreich benutzt hat. Bleiben Sie gelassen, wenn es einmal nicht klappt. Veränderungen im

Leben des Kindes (zum Beispiel ein neues Geschwisterchen oder ein Umzug) können Verunsicherungen auslösen und Auswirkungen auf das Trockenwerden haben.

Vorbild sein

Hilfreich ist, wenn das Kind miterlebt, wie seine Eltern und Geschwister die Toilette nutzen.

Mehr Zeit für das Trockenwerden in der Nacht

Bis Ihr Kind in der Nacht auf die Toilette oder das Töpfchen geht, benötigt es oft mehr Zeit. Aus diesem Grund kann es sinnvoll sein, nachts weiterhin einen Windel zu verwenden, auch wenn diese tagsüber nicht mehr nötig ist.

Zusätzliche Informationen (Auswahl)

Diese **Kinderbücher** eignen sich unter anderem für das Thema:

Clara Suetens und Sandra Grimm: **Der kleine Klo-König**.
Ravensburger Verlag, Ravensburg, 2011.

Werner Holzwarth und Wolf Erlbruch: **Vom kleinen Maulwurf, der wissen wollte, wer ihm auf den Kopf gemacht hat**.
Peter Hammer Verlag, Wuppertal, 2014.

Weitere Themen rund um Baby und Kleinkind finden Sie im Online-Magazin «Fürs Leben gut».
www.fuerslebengut.ch/kjz-ratgeber

Wir unterstützen Sie.

Die Kinder- und Jugendhilfezentren (kjz) beraten Eltern bei Fragen zur Erziehung und Entwicklung ihrer Kinder und zum Familienalltag.

www.zh.ch/kjz

