

CAROLINE OBLASSER + SIGRUN EDER



Ausgewickelt!

*So gelingt der Abschied
von der Windel*



edition
riedenburg



Du hast genug vom Wickeln?

Dann nimm dir ein bisschen Zeit und lies dieses Buch! Wir sagen dir, wie du dein Kind zur selbstständigen Sauberkeit ermutigst.

Finde ganz einfach heraus, was du tun kannst, damit der Übergang von der Windel aufs Töpfchen und aufs Klo gut funktioniert. So wirst du schon bald gemeinsam mit deinem Kind einen unbeschwerteren Alltag ohne Windeln und Wickeln genießen.



Auch Caroline hatte genug vom Wickeln. Mit ihren drei Kindern konnte sie – als Verlegerin und Autorin – in vielen Jahren der wickel(frei)en Zeit die besten Ideen und Tipps für dich zusammentragen, um den Windeln erfolgreich Lebewohl zu sagen.



Und Sigrun? Die musste – als Psychologin, Psychotherapeutin und Mama kleiner Zwillingsmädchen – zum Testlesen herhalten und hat das Buch mit ihren praktischen Erfahrungen gewürzt.

 edition
riedenburg
editionriedenburg.at

ISBN 978-3-902943-23-1



9 783902 943231



Warnhinweis

Wickelkommoden & Wickelaufsätze

Alljährlich stürzen viele Kleinkinder in einem unbeachteten Moment vom Wickeltisch. Diese Stürze können weitreichende Folgen haben und wären sehr einfach zu vermeiden gewesen. Denn falls du noch wickelst, kannst du den Wickelplatz mit fortschreitender Entwicklung des Bewegungsdranges auch an einen weiter unten befindlichen Ort verlegen.

Je größer das Kind, desto unabsehbarer sind die Auswirkungen scheinbar nur kleiner, aber mitunter sehr heftiger Bewegungen.

Am sichersten ist es, das Kind am Boden liegend (Decke oder Handtuch unterlegen) und später auf deinem Schoß sitzend bzw. am Boden stehend zu wickeln.

Behalte beim Wickeln auf Wickeltisch, Wickelkommode oder Wickelaufsatz – zum Beispiel, wenn du nach einem feuchten Tuch oder nach einer neuen Windel greifst – stets eine Hand am Körper des Kindes!



*Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über
<http://dnb.d-nb.de> abrufbar.*

Hinweis:

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr. Weder Autorinnen noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorliegenden Informationen resultieren, eine Haftung übernehmen. Befragen Sie im Zweifelsfall bitte Arzt/Ärztin, ApothekerIn oder TherapeutIn.

Markenschutz:

Dieses Buch enthält eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen und Gebrauchsmarken. Wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sein sollten, so gelten trotzdem die entsprechenden Bestimmungen.

1. Auflage	Dezember 2013
© 2013	edition riedenburg
Verlagsanschrift	Anton-Hochmuth-Straße 8, 5020 Salzburg, Österreich
Internet	www.editionriedenburg.at
E-Mail	verlag@editionriedenburg.at
Lektorat	Dr. Heike Wolter, Regensburg
Fachlektorat	Anna Rockel-Loenhoff, Unna

Illustrationen	© evarin20 – Fotolia.com
Fotos	Coverfoto Kleinkind: © Oksana Kuzmina – Fotolia.com Biedermeier-Kindertoilette auf Seite 44 © Caroline Oblasser

Satz und Layout	edition riedenburg
Herstellung	Books on Demand GmbH, Norderstedt

ISBN 978-3-902943-23-1



CAROLINE OBLASSER
SIGRUN EDER

Ausgewickelt!

So gelingt der Abschied
von der Windel



edition
riedenburg



Inhalt



Auf los geht's los!	7
Das soll mal wer verstehen	9
Früher wie heute: Ohne Moos nix los?	12
Das „Wie geschieht's?“ im Körper	20
Und dann war da: der Stress	26
Schritt 1: Die Ja-ich-will-Phase	28
Ideen zur Durchführung	28
Fragen stellen, Antworten erfinden	35
Tipps zu Töpfchenkauf und Kloausstattung	41
Backups und Schutz der Umgebung	49
<i>Backup 1: Die übliche Windel</i>	49
<i>Backup 2: Windelhose statt Klett-/Klebeverschluss</i>	50
<i>Backup 3: Stoff statt Plastik</i>	51
<i>Backup 4: Auflagen, Überzüge, Ersatzkleidung</i>	52
<i>Backup 5: Unterwegs und so gut wie ohne Windel</i>	54
Was, wenn es doch mal passiert?	57



Schritt 2: Die Entdeckerphase	59
Das kleine Geschäft	60
<i>Der Aufwachpiesler</i>	60
<i>Spezialfall: Nächtlicher Aufwachpiesler</i>	61
<i>Schlafen und Pieseln</i>	66
<i>Der Einschlafpiesler</i>	70
<i>Der Vor-und-nach-dem-Essen-Piesler</i>	72
<i>Der Aufbruchspiesler</i>	74
<i>Der Auswärtspiesler</i>	75
<i>Der Superdringendpiesler</i>	80
<i>Der vergessene Spielpiesler</i>	80
<i>Der Zuvielgetrunkenpiesler</i>	81
<i>Der kranke Piesler</i>	82
Das große Geschäft	83
<i>Die große Ankündigung: Das Pupsen</i>	84
<i>Es tanzt ein Di-Da-Drückemann ...</i>	86
<i>Auch Putzen will gelernt sein</i>	88
<i>Geschäftemacherei unterwegs</i>	92
<i>Das Wichtigste zur Wurst kompakt</i>	95
<i>Der rasche flotte Durchmarsch</i>	97
Schritt 3: Die Gewinnerphase	99
Auf das Timing kommt es an	99
Klo-Intuition entwickeln	102
Und wenn's plötzlich nicht mehr klappt?	103
<i>Spezialfall getrennte Schlafräume</i>	105
„Also meines war schon mit X Jahren trocken!“	106
Rasche Hilfe	107



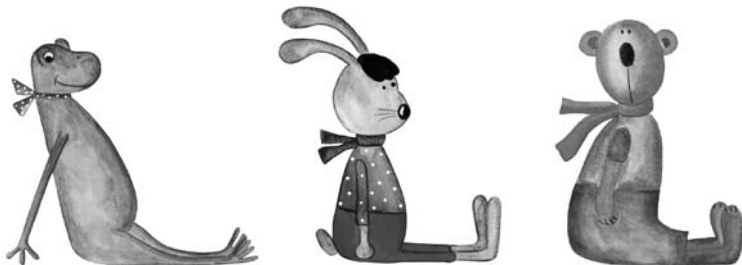


Auf los geht's los!

Du hast genug vom Wickeln, obwohl die Windelindustrie noch etliche weitere Windelgrößen für dein Kind auf Lager hätte? Dann bist du hier richtig!

Es ist zwar ein Mythos, dass dein Kind wie durch ein Wunder über Nacht sauber wird, aber wenn du dich darauf einlassen möchtest, auf die Signale, die Zeitintervalle und besonderen Bedürfnisse deines Kindes zu achten, bevor es selbstständig auf die Toilette oder den Topf gehen kann, dann wirst du beobachten, dass es auch schon vor dem „offiziellen“ Reifungsalter – ca. zwei Jahre – kontrolliert und regelmäßig kleine und große Geschäfte abgibt. Freilich braucht es hierfür noch deine körperliche Unterstützung, denn ein wenige Monate altes Baby kann weder alleine am Topf sitzen noch sich selber vor dem Gang auf die Toilette entkleiden.

Anders gesagt: *Wird es nicht von dir unterstützt, macht es automatisch in die Hose oder das Hosenklo – wie wir Windeln auch nennen wollen –, weil es keine Alternative dazu angeboten bekommt.*



Ist der Po deines Kindes noch nicht groß genug für einen genormten Toilettensitz? Kann dein Kind den Weg zur Toilette und retour noch nicht alleine und ohne Pannen bewältigen? Dann ist dein Typ gefragt! Denn hier und anderswo kannst du deinem Kind behilflich sein – und es gleichzeitig schon jene Dinge selbstständig machen lassen, die es sich zutraut.

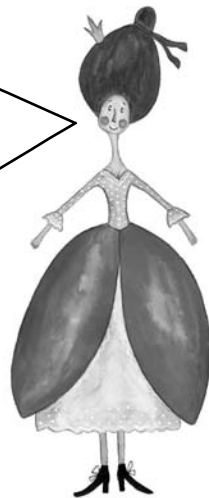
Doch alles Schritt für Schritt.

Lass dich von anderen Müttern und den mitgehörten Gesprächen am Spielplatz nicht irritieren, wenn du das hierzulande übliche Hosenklo – angeblich zu früh – abzulegen versuchst. Habe vor allem ein großes Ziel vor Augen: die Selbstständigkeit deines Kindes, auch seine Ausscheidungsprodukte betreffend.

Deine Entscheidung lautet daher: Die Windel war gestern.

▼ Bist du noch unsicher? Dann stell dir doch einfach einmal den Alltag ohne Windel vor.

Wäre das nicht phantastisch?



Das soll mal wer verstehen

Eigentlich beißt sich die Katze in den Schwanz: Zuerst soll sich dein Kind an die Windel gewöhnen, und dann am Tag X plötzlich lernen, ohne sie auszukommen. Es soll also die Vorzüge der Windel wieder vergessen und stattdessen eine Reihe von Toilettenfertigkeiten lernen – ohne zu meckern.

Doch zurück zum Anfang, wenn das Baby kommt: Ganz und gar nicht eklig waren da die geringen Ausscheidungsmengen deines Kindes. Dennoch wurden sie von Beginn an weggesperrt und hinter Schloss und Riegel beziehungsweise hinter Plastikfolie und Klebeband gehalten. Du hattest also gar nicht die Chance, auf den Ausscheidungsrhythmus deines Kindes aufmerksam zu werden und bei dieser Gelegenheit festzustellen, dass auch schon ganz kleine Babys nicht unentwegt klein oder groß machen, sondern über weite Strecken komplett trocken und sauber sind.

Damit es dir an Windeln und dem entsprechenden Vorrat nicht mangelt, werden Windeltorten hochgelobt. Und um den Geldbeutel der jungen Familie zu schonen, mutieren sogar die Großeltern zu Jägern: In ihrer Freizeit

hechten sie jedem Sonderangebot hinterher, um ja die kostengünstigen Windel-Großpackungen mit 160-Stück-Monatspotenzial zu erwerben.

Wer eine Frühgeburt hatte oder einfach nur ein Leichtgewicht bekommen hat, tut sich im Drogerie- oder Supermarkt zwar schwer, aber ansonsten finden sich Wegwerfwindeln in jeder Größe, beginnend direkt nach der Geburt bis hin zum Grundschulalter. Die Jahre bis zur Inkontinenz werden ausgelassen, doch ab da schließt sich der Kreis.

Für Kinder, die nachts oder tagsüber einnässen, ist der Übergang von der Windel zu Windelhosen fast fließend.

Das ist einerseits gut für jene Kinder, die wegen körperlicher Ursachen einnässen und mit der Windel besser durchschlafen können, aber für jene Kinder, bei denen psychische Komponenten eine Rolle spielen, sind mitwachsende Hosenklos möglicherweise zu wenig Ansporn, um wirklich trocken und sauber zu werden.



Tipp: *Noch bist du in der Situation, täglich vier bis sechs Mal die Windel zu wechseln. Bleibe trotzdem gelassen. Dein Kind ist ein intelligentes Wesen und noch dazu höchst anpassungsfähig. Daher wird es, sobald du den Dreh raushast, gerne deiner Einladung folgen, das Hosenklo durch Besseres zu ersetzen.*

Solltest du bislang gedacht haben, ein Kind sei die ersten Jahre seines Lebens „undicht“ und würde schon allein deshalb zwangsläufig ein Hosenklo benötigen, dann verabschiede dich von dieser Ansicht. Sie ist nämlich falsch.



Sei offen! Teste, welche der nachfolgenden Anregungen sich für dich eignen.



Sei unbesorgt! Du musst nichts Fremdes ausprobieren. Das, was wir dir empfehlen, tust du ohnehin schon (ein bisschen). Oder zumindest in anderen Bereichen deines Lebens. Es geht nämlich um das gezielte und aufmerksame Beobachten der ausgesandten Signale deines Kindes.



Sei aufmerksam! Wenn du weißt, wie dein Kind tickt, dann verstehst du es besser und kannst deine Bemühungen in puncto Ausscheidungsprodukte in die gewünschte Richtung lenken.



Doch Vorsicht: Druck und Zwang sind der Zugang, von dem wir uns distanzieren.





Schritt 1: Die Ja-ich-will-Phase

Gleich vorweg: Sei dir bewusst, dass ihr gemeinsam den Weg ins neue, windelfreie Land gehen werdet, und es auch für dich jetzt heißt, sich umzugewöhnen.

Du wirst merken, dass durch den Wegfall des Wickelns eine Zeitersparnis eintritt. Gleichzeitig wird anfangs recht viel Zeit darauf verwendet werden, die nun gewünschten Alternativen (Töpfchen, Klo) schmackhaft zu machen und die regelmäßige Benutzung derselben zu bewerben.

Ideen zur Durchführung

Ganz zu Beginn ist die wichtigste Voraussetzung der erfolgreichen Projektabwicklung deine ausreichende Zeit. Verlege den Start der Ja-ich-will-Phase daher auf Tage, an denen du dich ausreichend persönlich um das gemeinsame Projekt kümmern kannst. Dein Kind wird gerade am Anfang motivierende Unterstützung brauchen.

Es mag Ausnahmen geben, aber in der Regel darfst du von deinem Kind nicht erwarten, dass es von alleine die Windel abnimmt und verlangt, den Toilettengang fortan eigenständig durchzuführen.

Die Realität ist vielmehr, dass speziell in der Anfangsphase der gemeinsame Gang aufs Töpfchen oder Klo erstmal durch euch beide erfolgt. Außerdem brauchst du glaubwürdige Argumente, um die Aufmerksamkeit deines Kindes auf die Alternativen zum Hosenklo zu lenken.



Hier sind einige überlegenswerte Punkte, die euch weiterhelfen können:

Gemeinsam statt einsam: Gehe gemeinsam mit deinem Kind zum Töpfchen/Klo und leiste ihm dort Gesellschaft. Gib nicht nur Anweisungen aus dem „Off“ ab. Kommentare wie „Da hättest du wohl schon früher gehen müssen“ sind kontraproduktiv. Bedenke, dass das Hosenklo aus Sicht des Kindes das Altbewährte ist und es sich an diverse Alternativen erst gewöhnen muss. Keiner fängt über Nacht an, vorwärts zu schreiben, wenn er es bislang rückwärts getan hat.



Übrigens könnt ihr anfangs auch bequem zu zweit auf dem (unverkleinerten) Toilettensitz Platz nehmen: Du hinten, dein Kind vor dir. So kann dein Kind nicht ins Erwachsenenklo hineinfallen und sich gleichzeitig vertrauensvoll an dich lehnen.



Tipp: Diese Haltung ist sogar für sehr kleine Kinder von unter einem Jahr geeignet, wobei du dann – je nach Größe und Körperspannung deines Kindes – zusätzlich noch die Schenkelchen mit deinen Händen hältst.

Kleine Nachmacher: Dein Kind lernt durch Beobachten und Nachahmen. Daher ist es von Vorteil, wenn es regelmäßig deine eigenen Kloaktivitäten beäugen darf. Was Mama/Papa macht, kann nur gut sein.

Auch große Geschwisterkinder oder FreundInnen bieten sich als Rollenmodell an. Und sogar Stofftiere haben großes Potenzial, zum besten Klofreund der Welt zu werden, wenn sie auf ihrem eigenen Topf oder sogar dem des Kindes Platz nehmen. Es darf nur keines der Spielzeuge in die Toilette oder den vollen Topf fallen. Die Heldenvorbildwirkung des Teddys könnte sich ins eklige Gegenteil verkehren, wenn er unangenehm riecht. Vom Aufwand der nötigen Bergung einmal ganz zu schweigen.



Das schönste Klo der Welt: Ein Klo, in das man reinfallen könnte? Ein kalter Toilettensitz? Ein zu scharfkantiges Töpfchen?

Warum sollte dein Kind genau diese Alternativen zum Hosenklo bevorzugen? Das Hosenklo konnte es bequem bedienen – nämlich einfach reinmachen – und an jedem beliebigen Ort einsetzen.

Nun aber soll es sich ausziehen und auf einem ungemütlichen Ding Platz nehmen?



Vergiss es!



Lass lieber dein Kind das gewünschte Töpfchen auswählen und seht euch auch nach einem passenden Toilettensitzverkleinerer um, der bequem (auch anzubringen) ist und weder klappert noch wackelt.

Dein Kind wird ab jetzt viel Zeit darauf verbringen, und damit es das auch gerne tut, ist das Beste gerade gut genug. Lass dich nicht von den Anschaffungspreisen von Verkleinerer und Co schrecken und setze sie in Relation zu einer Großpackung Windeln. Du wirst rasch draufkommen, dass sich auch die S-Klasse-Modelle sehr bald amortisiert haben.

Kein Spiel-Verweigerer: Das Töpfchen wird vor allem bei kleineren Kindern Verwendung finden, und zwar am besten spielerisch. Damit es das Kind nicht aus dem Geschehen reißt, sondern lediglich rasch bei der Abwicklung diverser Geschäfte hilft, sollte das Töpfchen in das Gesamtgeschehen eingebettet werden.

Der Platz auf dem Thron ist ein lustiger, entspannter Ort. Hier kann gespielt und gealbert werden, daher sollte die Töpfchenumgebung auch nicht steril, sondern mit den üblichen Spielzeugen bestückt sein.



Am einfachsten ist es daher, wenn das Töpfchen zu euch kommt und mitten im Zimmer Platz findet bzw. dort, wo ihr euch gerade aufhaltet (z.B. Küche, Garten, Omas Balkon).

Unterwegs kannst du Schmutziges in einen Plastiksack oder Ähnliches tun.



Der Umzug in die Waschmaschine empfiehlt sich, je nach Ausscheidungsmenge, erst nach dem Ausspülen. Hierzu reicht es, wenn du den Wasserhahn aufdrehst und dafür sorgst, dass möglichst viel mitgenommen wird. Du brauchst dir nicht die Hände schmutzig zu machen.

Meist gibt es flüssige Spuren vom Po abwärts. Die werden am besten zuerst abgeputzt, da sie sonst unkontrolliert weiterlaufen.



Hat dein Kind weiterhin Durchfall, rate ihm, einige Blatt Klopapier in die Unterhose zu legen, dann sind der Zeitpuffer und die Chance größer, heil aus der Sache rauszukommen.

Nachts ist es ratsam, den Bettschutz zu verstärken, z.B. mit einer aufgeschnittenen Plastiktüte unter einem großen Handtuch.

Sei sicher: Der Durchfall wird vergehen. Und nach dem ersten richtigen Durchmarsch hat dein Kind auch dieses Spezialereignis kennengelernt. Ein wichtiger Schritt in Richtung selbstständiger Sauberkeit ist getan!



Schritt 3: Die Gewinnerphase

Gratulation! Du bist nun schon in der Gewinnerphase angelangt und hast die Ausscheidungsrhythmen deines Kindes inzwischen recht gut kennengelernt. Alles weißt du jedoch noch nicht, und auch das ist normal und lediglich ein Beweis dafür, dass du flexibel genug bist, dich täglich auf Neuigkeiten einzustellen.

Versuche nun, deine Fähigkeiten weiter zu stärken, und schenke den folgenden Themen intensive Beachtung.

Auf das Timing kommt es an

Bei genauerer Beobachtung stellst du fest, dass dein Kind eine gewisse Zeit nach einer bestimmten Aktion das Bedürfnis hat, sich zu erleichtern. Weil du schon weißt, dass nach Aktion A, B oder C etwas Bestimmtes ansteht, kannst du dir übermäßiges Fragen nach dem Klo sparen und selbstsicher werden im Umgang mit Topf und Klo.



Aktionen, die nach einer gewissen Zeitdauer Klogänge zur Folge haben, können zum Beispiel die folgenden sein:



Schlafen: Fast jeder von uns muss nach dem Aufwachen pieseln, manche möchten dann auch ihr großes Geschäft abgeben. Sei dir also gewiss, dass dein Kind rasch nach dem Aufwachen zumindest fürs Kleine das Töpfchen/Klo aufsuchen wird und du ihm den Weg dorthin erleichtern bzw. Begleitung anbieten solltest. Ein Töpfchen vor dem Bett bietet sich für kleine Kinder an und ein stolperfreier Weg zum Klo für die etwas größeren.



Trinken: Abhängig von der getrunkenen Menge und der Art der Flüssigkeit (z.B. harntreibende Tees und Säfte, aber auch Früchte wie Wassermelone) wird dein Kind in einem gewissen Abstand nach dem Trinken aufs Klo müssen. Sieh dich also speziell in fremder Umgebung (z.B. Restaurant) rechtzeitig nach einem Klo für deine Kinder um, damit keine Hektik ausbricht, wenn es so weit ist.



Essen: Nicht selten möchten Kinder das große Geschäft abgeben, wenn sie gegessen haben. Fallweise geschieht dies sogar während des Essens. Entwickle ein Gespür dafür, wann dein Kind muss und wie es sich verhält, wenn oben nichts mehr rein passt, weil unten etwas raus will.



Starrheit: Du kennst das von dir: Nach einer langen Autofahrt, bei der du nahezu unverändert gesessen bist, bewegst du dich wieder und musst unweigerlich aufs Klo.

Auch deinem Kind geht es so, wenn es im Auto oder beim Spielen längere Zeit eine bestimmte Position eingenommen hat und nun, nach einer Veränderung seiner Körperlage, der Blase bzw. dem Darm ein Aktivitätssignal gibt.

Typische Fälle von Harndrang treten bei kleinen Kindern übrigens nach dem Tragen im Tragetuch auf. Sobald sie herausgenommen wurden, pieseln sie fast automatisch.



Auch im Kinderwagen bietet sich ein ähnliches Bild, und du kannst davon ausgehen, dass dein Kind nach längerem Sitzen im Kinderwagen mal muss, sobald es sich bewegt und z.B. aufsteht, weil ihr am Spielplatz angekommen seid.

Tipp: Biete deinem Kind daher anlässlich des „Erwachens aus der Starre“ prompt eine Möglichkeit an, sich zu erleichtern.





Die Sachbuchreihe zu kindlichen und jugendlichen Spezialthemen

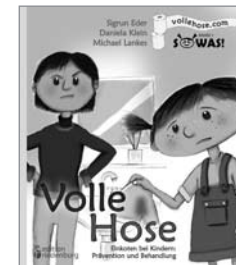
Hauptautorin: Sigrun Eder



- Band 1: „**Volle Hose**“: Einkoten bei Kindern: Prävention und Behandlung
- Band 2: „**Machen wie die Großen**“: Toilettenfertigkeiten
- Band 3: „**Nasses Bett?**“: Hilfe für Kinder, die nachts einnässen
- Band 4: „**Pauline purzelt wieder**“: Hilfe für übergewichtige Kinder
- Band 5: „**Lorenz wehrt sich**“: Hilfe für Kinder, die sexuelle Gewalt erlebt haben
- Band 6: „**Jutta juckt's nicht mehr**“: Hilfe bei Neurodermitis
- Band 7: „**Konrad, der Konfliktlöser**“: Strategien für gewaltloses Streiten
- Band 8: „**Annikas andere Welt**“: Hilfe für Kinder psychisch kranker Eltern



Noch mehr Ahnung von Klo und Co mit Lola!



Volle Hose

Einkoten bei Kindern:
Prävention und Behandlung

Kacke gehört in das Klo. Jawohl! Trotzdem gibt es Buben und Mädchen, die regelmäßig Kot in der Unterhose absetzen oder Kacke an unpassenden Orten verstecken. Sind die betroffenen Kinder über vier Jahre alt und verfügen sie bereits über die körperlichen Voraussetzungen zur Stuhlkontrolle, dann wird dieses Problem als „Einkoten“ bezeichnet.

Das Kindersachbuch „Volle Hose. Einkoten bei Kindern: Prävention und Behandlung“ wurde schwerpunktmäßig nach systemischen Ansätzen gestaltet. Es soll Betroffenen, aber auch Medizinerinnen und psychosozialen Professionisten helfen, die Problematik kindgerecht zu bearbeiten und besprechbar zu machen.



Machen wie die Großen

Was Kinder und ihre Eltern über Pipi und Kacke wissen sollen

Kindgerecht und anschaulich werden in diesem Büchlein Pipi und Kacke erklärt – woher und wohin alles kommt und geht – und die Ausscheidungen nehmen endlich einen flüssigen wie festen Platz im Leben der Kinder und auch der Erwachsenen ein.

Es gibt viele Mit-Mach-Seiten für Kinder, zwei interessante Sachgeschichten, ein Klo-Puzzle zum Ausschneiden und Basteln, ein Kack-Tagebuch und natürlich Lolas Klo-Lied „Froh aufs Klo“.

Für die Erwachsenen halten die Autorinnen spannende wie hilfreiche Sachinformationen im Eltern-Teil parat.



BAND 3 EXTRA
SO WAS!

**Nasses Bett?
Nino weiß Rat!**

BAND 3 BILDER
SO WAS!



Nasses Bett?

Hilfe für Kinder, die nachts einnässen

Obwohl Bettnässen eine behandlungswürdige Krankheit ist, fällt es meist schwer, darüber zu reden. Damit sich das ändert, gibt es dieses Buch. Kinder und ihre Eltern erfahren, wie sie das Problem mit dem nassen Bett günstig beeinflussen können. Die Mit-Mach-Seiten laden Jungen und Mädchen dazu ein, sich selbst zu Wort zu melden und neue Ideen zu entwickeln. Sachinformationen für Eltern helfen darüber hinaus, einen umfassenden Überblick zum Thema Bettnässen zu erhalten.

Professionelle HelferInnen unterstützt „Nasses Bett?“ dabei, Enuresis im psychologischen, psychotherapeutischen und ärztlichen Kontext zu thematisieren.



Nino und die Blumenwiese

Das Bilder-Erzählbuch für Kinder,
die nachts einnässen

Nachts wälzt Nino meist trübsinnige Gedanken. Denn während andere schlafen, wird er munter. Und immer wegen demselben peinlichen Missgeschick: dem tiefend nassen Bett. Davon hat Nino genug! Erst eine Begegnung im Traumland lässt ihn neuen Mut schöpfen.

„Nino und die Blumenwiese“ ist für Kinder, die sich mit nächtlichem Einnässen herumplagen. Es enttabuisiert und hilft, das Problem anzupacken. Die Mit-Mach-Seiten sind dazu da, die eigene Situation aufzuschreiben und Ideen festzuhalten.

Nasses Bett?

EXTRA – Das Mit-Mach-Heft für Kinder,
die nachts einnässen

Dieses Mit-Mach-Heft ist extra für dich. Darin findest du ganz viele Fragen. So kannst du alles, was du über das Problem mit dem nassen Bett weißt, aufschreiben und deine persönlichen Antworten und Lösungen finden.



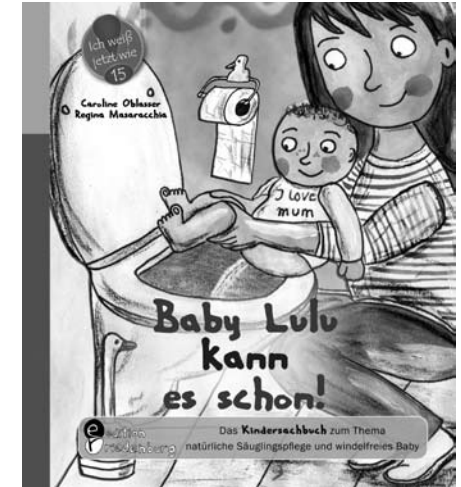
**Das große Storchenmalbuch
mit Hebamme Maja**

Das Kindersachbuch zum Thema
Aufklärung, Schwangerschaft,
Geburt und Baby

Möchtest du wissen, wie das Babymachen wirklich geht? Dann lass dir von Hebamme Maja erklären, was beim Sex geschieht und wann eine Frau schwanger werden kann.

Was genau in der Schwangerschaft passiert, erzählt dir Hebamme Andrea. Majas Kollegin kümmert sich um Ellen, die ihr drittes Kind erwartet. Kurz nach der Geburt möchte Baby Nina schon etwas essen. Deshalb wird sie von Mama Ellen gestillt. Und weil Babys ganz viel Kuschelzeit haben möchten, tragen Mama und Papa ihre Nina häufig im Tragetuch.

Zusätzlich: „Ich weiß jetzt wie!“-Teil für Kinder mit Anleitung zum Stofftier- und Puppentragen • zahlreiche Suchbilder, Rätsel und Malseiten für eigene Ideen • Familie Sommerfeld zum Ausschneiden und Basteln

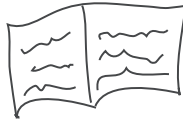


Baby Lulu kann es schon!

Das Kindersachbuch zum Thema natürliche
Säuglingspflege und windelfreies Baby

Melanie, die Mama des 7-jährigen Lukas, erwartet ein Baby. Zufällig entdeckt sie ein Werbeblättchen der Windelfrei-Gruppe „Po-po-Pur“. Obwohl Papa Andi skeptisch ist, was windelfreie Babys angeht, besuchen Mama und Lukas schon vor Babys Geburt ein Windelfrei-Treffen. Dabei erleben sie unter anderem, wie schon ganz kleine Babys Pipi und Kacka ins Töpfchen machen. Als Melanies Baby Leonie dann zu Hause geboren ist, wird auch sie zu einem „Baby Lulu“ und darf von Anfang an auf den Topf. Das spart nicht nur Geld, sondern ist auch recht lustig - sogar dann, wenn es mal nicht so toll klappt wie erhofft.

Zusätzlich: „Ich weiß jetzt wie!“-Seiten für Kinder mit Anregungen und kniffligen Fragen • Erwachsenen-Seiten mit weiterführenden Erklärungen zum Thema natürliche Säuglingspflege und windelfreies Baby



Buchreihen

Ich weiß jetzt wie! Reihe für Kinder bis ins Schulalter
SOWAS! – Kinder- und Jugend-Spezialsachbuchreihe
Verschiedene Alben für verwaiste Eltern und Geschwister

Einzeltitel

Alle meine Tage – Menstruationskalender
Alle meine Zähne – Zahnkalender für Kinder
Annikas andere Welt – Psychisch kranke Eltern
Aus dem Schmerz in die Freiheit – Missbrauch
Ausgewickelt! So gelingt der Abschied von der Windel
Baby Lulu kann es schon! – Windelfreies Baby
Babymützen selbstgemacht! Ganz einfach ohne Nähen
Besonders wenn sie lacht – Lippen-Kiefer-Gaumenspalte
Bitterzucker – Nierentransplantation
Brüt es aus! Die freie Schwangerschaft
Das doppelte Mäxchen – Zwillinge
Das große Storchenmalbuch mit Hebamme Maja
Das Wolfskind auf der Flucht – Zweiter Weltkrieg
Der Kaiserschnitt hat kein Gesicht – Fotobuch
Diagnose Magenkrebs ... und zurück ins Leben
Die Sonne sucht dich – Foto-Meditation Schwangerschaft
Drei Nummern zu groß – Kleinwuchs
Egal wie klein und zerbrechlich – Erinnerungsalbum
Ein Baby in unserer Mitte – Hausgeburt und Stillen
Finja kriegt das Fläschchen – Für Mamas, die nicht stillen
Frauenkastration – Fachwissen und Frauen-Erfahrungen
Ich war ein Wolfskind aus Königsberg – DDR und BRD
In einer Stadt vor unserer Zeit – Regensburg-Reiseführer
Jutta juckt's nicht mehr – Hilfe bei Neurodermitis
Konrad, der Konfliktlöser – Konfliktfreies Streiten
Lass es raus! Die freie Geburt

Leg dich nieder! Das freie Wochenbett
Lilly ist ein Sternkind – Verwaiste Geschwister
Lorenz wehrt sich – Sexueller Missbrauch
Luxus Privatgeburt – Hausgeburten in Wort und Bild
Machen wie die Großen – Rund ums Klogehen
Maharishi Good Bye – Tiefenmeditation und die Folgen
Mama und der Kaiserschnitt – Kaiserschnitt
Mamas Bauch wird kugelrund – Aufklärung für Kinder
Manchmal verlässt uns ein Kind – Erinnerungsalbum
Mein Sternkind – Verwaiste Eltern
Meine Folgeschwangerschaft – Schwanger nach Verlust
Meine Wunschgeburt – Gebären nach Kaiserschnitt
Mit Liebe berühren – Erinnerungsalbum
Mord in der Oper – Bellinis letzter Vorhang
Nasses Bett? – Nächtliches Einnässen
Nino und die Blumenwiese – Nächtliches Einnässen, Bilderbuch
Oma braucht uns – Pflegebedürftige Angehörige
Oma war die Beste! – Trauerfall in der Familie
Papa in den Wolken-Bergen – Verlust eines nahen Angehörigen
Pauline purzelt wieder – Übergewichtige Kinder
Regelschmerz ade! Die freie Menstruation
So klein, und doch so stark! – Extreme Frühgeburt
So leben wir mit Endometriose – Hilfe für betroffene Frauen
Soloschläfer – Erholsamer Mutter-Kind-Schlaf ohne Mann
Still die Badewanne voll! Das freie Säugen
Stille Brüste – Das Fotobuch für die Stillzeit und danach
Tragekinder – Das Kindertragen Kindern erklärt
Und der Klapperstorch kommt doch! – Kinderwunsch
Und wenn du dich getröstet hast – Erinnerungsalbum
Unser Baby kommt zu Hause! – Hausgeburt
Unser Klapperstorch kugelt rum! – Schwangerschaft
Unsere kleine Schwester Nina – Babys erstes Jahr
Volle Hose – Einkoten bei Kindern

*Bezug über den (Internet-)Buchhandel in
Deutschland, Österreich und der Schweiz.*