

Ausscheidungskommunikation entspannt ausprobieren

Elternhandout zum Mitgeben nach einer Beratung.

Ausscheidungskommunikation ist ein Angebot - kein Training und keine Prüfung.

So könnt ihr ganz einfach anfangen

- 1. Eine Situation wählen.** Zum Beispiel nach dem Aufwachen, beim Wickeln oder zu einem Zeitpunkt, der oft passt.
- 2. Sicher halten.** Kleine Babys brauchen Kopf-, Nacken- und Rumpfunterstützung.
- 3. Kurz anbieten.** Wenn nichts kommt, ist das völlig in Ordnung.
- 4. Windel als Backup nutzen.** Ausscheidungskommunikation muss nicht ohne Windel stattfinden.
- 5. Aufhören, wenn es nicht passt.** Weinen, Wegdrücken oder Unwohlsein sind Gründe, die Situation zu beenden.

Ihr müsst keine Signale erkennen

Manche Babys zeigen Veränderungen im Gesicht, Körperbewegungen oder Laute. Andere sind schwer vorhersehbar. Ihr könnt genauso gut mit typischen Zeiten und Alltagssituationen arbeiten.

Psssss? Nur wenn ihr möchtet

Ein ruhiges, wiederkehrendes Geräusch kann die Situation begleiten. Es ist kein Muss und euer Baby muss darauf nichts leisten.

Teilzeit ist völlig in Ordnung

Nur morgens, nur zu Hause oder nur an manchen Tagen: alles möglich. Nachts, unterwegs oder bei Großeltern darf einfach eine Windel genutzt werden.

Wann medizinisch schauen lassen?

Wenn euer Baby deutlich krank wirkt, Fieber hat, sehr wenig uriniert, Blut in Urin oder Stuhl sichtbar ist, gallig erbricht oder andere auffällige Beschwerden zeigt, gehört das medizinisch eingeordnet. Abhalten ersetzt keine Untersuchung.

Mehr lesen

Aktuelle Online-Fassung und weiterführende Fachinformationen.

