

Ingrid Bauer
Es geht auch ohne Windeln!

Ingrid Bauer

Es geht auch ohne Windeln!

Der sanfte Weg zur
natürlichen Babypflege

Kösel

Übersetzung aus dem Amerikanischen: Ursula Fassbender, München.
Die Originalausgabe erschien unter dem Titel *DIAPER Free! The Gentle Wisdom of Natural Infant Hygiene* bei Natural Wisdom Press, Saltspring Island/Kanada.

3. Auflage 2007

Copyright © 2001 by Ingrid Bauer

Copyright © für die deutsche Ausgabe 2004 Kösel-Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Lektorat: Petra Kunze, Eichenau

Umschlag: Kaselow Design, München

Umschlagmotiv: IFA/Rettinghaus

Fotos im Innenteil: Seite 35, 57, 239 Shari MacDonald; alle übrigen Ingrid Bauer

Druck und Bindung: Kösel, Krugzell

Printed in Germany

ISBN 978-3-466-34472-7

*Gedruckt auf umweltfreundlich hergestelltem Bilderdruckpapier
(säurefrei und chlorfrei gebleicht)*

www.koesel.de

Für meinen Mann, Jean-Claude, *avec amour*.
Du warst und bist immer da.

Für meine Kinder, Noah, Ayden und Nikoya, *with love*.
Für Mama und Papa, in Liebe und Dankbarkeit.

Und natürlich für alle Eltern mit ihren Babys.

Inhalt

Einführung	9
Teil I: Entstehung und Grundlagen der natürlichen Säuglingspflege	17
Kapitel 1 Wie ich zur natürlichen Säuglingspflege fand	19
Kapitel 2 Wie die Natur die Pflege eines Säuglings vorsah	31
Kapitel 3 Warum Eltern sich für die natürliche Säuglingspflege entscheiden	46
Kapitel 4 Die Klischees der Sauberkeitserziehung	70
Kapitel 5 Eine neue Sicht der »Sauberkeitsbereitschaft«	83
Kapitel 6 Physiologie der Ausscheidung	93
Teil II: Praxis	101
Kapitel 7 Eine bewusste Entscheidung treffen	103
Kapitel 8 Wie Sie beginnen	108
Kapitel 9 Vier Hilfsmittel auf dem Weg zur Windelfreiheit	120
Kapitel 10 Abhaltepositionen für das Baby	143
Kapitel 11 Der Alltag mit Ihrem windelfreien Baby	154
Kapitel 12 Besondere Umstände	179
Kapitel 13 Hindernisse überwinden	192
Kapitel 14 Sorgen Sie gut für sich selbst	207
Kapitel 15 Ihr Weg zur natürlichen Säuglingspflege	213
Kapitel 16 Nach der Windelfreiheit	226
Anhang	231
Dank	233
Anmerkung zur deutschen Übersetzung	235
Literatur	236
Über die Autorin	239

Einführung

Ein Geschenk der natürlichen Weisheit

Während die Sonne langsam hinter den Bäumen versinkt, sitze ich mit meiner neuen Freundin in meinem Innenhof und genieße die Wärme. Wir begegneten uns in der vergangenen Woche im Bioladen und verstanden uns auf Anhieb. Sie nahm meine Einladung sofort an. Wir unterhalten uns. Ihre strahlende Schönheit als Schwangere beeindruckt mich tief. Ihr fester, runder Bauch blüht auf, während das Kind darin heranwächst. Als wir über das Wunder der Geburt und des neugeborenen Lebens sprechen, zeigt sie sich offen und neugierig. Während unseres Gesprächs liegt mein sechs Monate alter Sohn zufrieden in meinen Armen. Plötzlich lenkt mich mitten im Satz ein intuitives Gefühl ab, das meine ganze Aufmerksamkeit auf sich zieht.

»Entschuldige mich einen Augenblick«, sage ich zu meiner Freundin. »Der kleine Kerl muss mal Pipi machen.«

Ich überlege, ob ich hineingehe, entscheide mich dann aber dafür, mit ihm ein paar Schritte weiter weg hinter einem Busch zu verschwinden. Ich halte mein Baby in der Hockposition, ziehe seine Hose herunter und sage »Pipi«. Sofort lässt er sein »Bächlein« laufen. Ich ziehe seine kurze Hose wieder hoch und kehre zu meiner Freundin zurück, um unsere Unterhaltung fortzusetzen.

»Woher wusstest du ...? Wie konnte er ...? Das ist unglaublich!«, ruft meine Freundin. »Stimmt«, erwidere ich, »und es ist genauso natürlich und normal für mich, wie ihn zu stillen, wenn er hungrig ist.« »Ich wusste nicht, dass das möglich ist. Erzähl mir mehr darüber«, bittet meine Freundin und rückt näher heran. Als ich ihr von der wunderbaren Wiederentdeckung der natürlichen Säuglingspflege erzähle, beginnt für sie eine Reise in eine immer stärker werdende Bindung zwischen Mutter und Kind.

Unglaublich, aber ganz normal

Die Leute reagieren überrascht, wenn sie hören, dass mein Sohn seit dem vierten Monat keine Windel mehr trägt. Manchmal nehmen sie an, dass er es einfach überall und jederzeit »laufen lässt« und ich ihm ständig hinterher putze. Oft können sie kaum glauben, dass er seinen Drang bewusst wahrnahm und wir uns darüber verständigen konnten, noch bevor er das erste Wort sprechen konnte. Sogar diejenigen, die mich dabei beobachteten, wie ich auf seine Signale reagierte und er auf meine, meinten gelegentlich kopfschüttelnd, das sei nicht möglich.

Doch es ist möglich. Diese Erfahrung habe ich gemacht. Mütter aus vielen verschiedenen Kulturen aus aller Welt benutzen niemals Windeln. Stattdessen verlassen sie sich auf die gleiche natürliche Verständigung zwischen Mutter und Kind, um ihre Babys zu versorgen und ihr Zuhause sauber zu halten. Nur wenige Menschen erkennen, dass dieses Verhalten auch in unserem Kulturraum möglich ist, was Windeln fast gänzlich überflüssig macht.

Auf der Suche nach einer natürlichen Alternative zu Windeln entdeckte ich, dass Babys von Geburt an ihre Ausscheidungsbedürfnisse kennen. Erstaunlicherweise können sie ihr Bedürfnis ankündigen. Ebenso reagieren sie, wenn sie von ihrer Betreuungsperson danach gefragt werden. Die Einstimmung auf die Ausscheidungsbedürfnisse des Babys führt wie das Stillen auf natürliche Weise zur Mutter-Kind-Bindung und zur Symbiose.



Die Schwangerschaft ist eine magische Zeit, in der Sie Ihre eigene weibliche Schönheit und Kraft zelebrieren können. Sie ist auch der ideale Zeitpunkt, um wichtige Entscheidungen hinsichtlich der Säuglingspflege zu treffen und sich mit der natürlichen Babypflege zu beschäftigen.

Wachsendes Interesse

Dieses Buch entstand aufgrund der großen Nachfrage vieler Mütter. Sie baten um Unterstützung und Information, damit sie meine Methode der »Natürlichen Säuglingspflege« erlernen konnten. Auch mir war es wichtig, meine Erfahrungen mitzuteilen, sodass jede Mutter, die der Sache gegenüber aufgeschlossen ist, zumindest von dieser Möglichkeit erfährt. Als ich neben meinem eigenen Erfahrungsprozess zu recherchieren begann, stellte ich fest, dass ich mit meiner Entdeckung nicht alleine war. Die Zahl der Eltern in Nordamerika und Europa, die eine Alternative zum Wickeln sucht, nimmt ständig zu.

Dutzende Mütter, Väter, Großeltern, Anthropologen, Forscher und Personen, die im Gesundheitswesen arbeiten, berichteten mir aus aller Welt über ihre Erfahrung mit einer windelfreien Säuglingspflege. Die Eltern, mit denen ich sprach, kamen aus allen Schichten, Berufen und Altersgruppen. Die meisten Eltern hatten ein, zwei oder drei Kinder, einige zwischen vier und sieben. Manche kommen aus ländlichen Gegenden, aber die meisten leben in Groß- und Kleinstädten oder in Stadtnähe. Einige leben in Kleinfamilien, andere in Großfamilien oder zwei Haushalten. Einige Mütter sind allein erziehend. Eine Gruppe mit mehreren windelfreien Kindern lebt in einer kleinen Interessengemeinschaft auf Hawaii.

In den meisten Fällen trifft die Mutter die Entscheidung für die natürliche Säuglingspflege und übernimmt die Verantwortung dafür. Dieses Buch spiegelt die Nähe wider, die durch diese Methode in der Beziehung zum Kind entsteht. Als wichtiger Teil dieses Prozesses profitieren aber auch viele Väter, Geschwister und andere Beteiligte davon. Die Mütter sind entweder Hausfrauen oder sie teilen sich die Kinderbetreuung mit ihrem Partner oder anderen Personen. Sie nehmen ihre Kinder mit zur Arbeit oder arbeiten Teilzeit außer Haus oder von zu Hause aus. Ich bin auf keine windelfreien Kinder gestoßen, die ganztags außer Haus betreut werden. Die natürliche Säuglingspflege erfordert, dass man bereit ist, dem Kind Zeit zu widmen und beständig für es da zu sein. Dies ist tatsächlich nur gewährleistet, wenn eine Mutter den größten Teil des Tages mit ihrem Kind verbringt.

Zum Aufbau des Buches

Damit Sie dieses Buch als ständigen Begleiter benutzen können, wurde es in drei Teile gegliedert. Zur Veranschaulichung finden Sie in den einzelnen Kapiteln Fallbeispiele, Forschungsergebnisse, Querverweise auf andere Kulturen und zahlreiche Fotos und Literaturhinweise im Anhang.

Ich habe beschlossen, die natürliche Säuglingspflege als einen wesentlichen Bestandteil der Mutter-Kind-Beziehung darzustellen. In diesem Zusammenhang gehört die Windelfreiheit zu einer zugewandten, liebevollen Einstellung zum Kind und ist keine separate Methode. Dieser Hintergrund wird in Teil I des Buches erläutert. Ebenso die Entstehung und die Prinzipien der natürlichen Babypflege. In einem persönlichen Bericht erzähle ich von meiner Entdeckung und Erfahrung mit der Windelfreiheit. Ein Kapitel ist der Wichtigkeit gewidmet, unmittelbar auf die Bedürfnisse des Babys zu reagieren. Darüber hinaus werden die Vorteile der Windelfreiheit besprochen. Ich gebe einen Überblick über die Ursprünge der Windelfreiheit und zeige die Missverständnisse auf, die durch die gängigen Klischees über die Sauberkeitserziehung verbreitet werden. Untermauert wird meine Erfahrung durch Forschungsergebnisse, die belegen, dass Säuglinge von Geburt an zur Sauberkeit bereit sind. Ein Kapitel befasst sich mit den für die Ausscheidung relevanten Körperfunktionen.

Vielleicht können Sie es gar nicht erwarten, mit der windelfreien Zeit zu beginnen, und wollen am liebsten gleich Teil II des Buches lesen. Beides ist in Ordnung, solange Sie danach auch noch Teil I Ihre Aufmerksamkeit schenken. Denn dieser Teil des Buches zeigt, dass die natürliche Babypflege viel mehr ist, als ein Baby mit weniger Windeln sauber und trocken zu halten und es damit glücklich zu machen. Vielmehr gibt Ihnen die natürliche Babypflege Gelegenheit, Mitgefühl, Vertrauen und Respekt zu erwerben, die das Fundament einer lebenslangen Liebesbeziehung zu Ihrem Kind bilden. Hier finden Sie auch Antworten, wie Sie mit Ihren inneren Zweifeln und Ihren Problemen umgehen können und wie Sie zu dem Perspektivwechsel gelangen, der Sie in der Anwendung der natürlichen Säuglingspflege bestärkt. Sogar Eltern, die bereits Erfahrung mit der Windelfreiheit haben, finden in diesem Teil des Buches noch neue Tipps.

Teil II des Buches handelt von der Praxis der natürlichen Babypflege. Sie erfahren, wann und wie Sie mit der Windelfreiheit beginnen können und welche Abhalteposition für Sie die beste ist. Sie lernen die »vier Schlüsselsignale« der Windelfreiheit kennen: die Signale des Babys, die Zeitabstände und Körperfunktionen, die Intuition sowie die Schlüssellaute der Mutter. Dieser Abschnitt lässt viel Spielraum für die individuellen Bedürfnisse in Ihrer Familie. Darüber hinaus finden Sie Fallbeispiele aus anderen Kulturen einschließlich unserer eigenen.

In Teil II erhalten Sie auch Tipps für den Alltag, etwa zur Verwendung einer Nachtwindel, zum Verhalten im Freien, zur Anwendung der Windelfreiheit in Großfamilien und bei mehreren Kinderbetreuern. Ich bespreche mögliche Schwierigkeiten, unter anderem die Sorge, dass einmal etwas »daneben« geht. Ich zeige Ihnen Lösungsmöglichkeiten, um eventuelle Hindernisse zu überwinden und Stress abzubauen. Die letzten Kapitel von Teil II handeln davon, wie Sie eine positive Einstellung zur natürlichen Säuglingspflege gewinnen, damit sie Ihnen Spaß macht und leicht fällt, und davon, wie Sie Ihre mütterliche Intuition entwickeln, wie Sie gut für sich selbst sorgen und sich ein stützendes Umfeld schaffen und wie Sie das Erlernte vertiefen können.

Ein Plädoyer für sanfte Babypflege

Kein Buch ist vollkommen objektiv. Meines macht da keine Ausnahme. Obwohl ich meine Erfahrungen mit Forschungsergebnissen untermauern kann, spiegelt sich in meinen Ausführungen meine eigene Einstellung zum Muttersein wider. Ich glaube daran, dass Babys am glücklichsten sind, wenn sie ihre ersten Lebensmonate und -jahre in engem Kontakt mit ihren Eltern – besonders mit ihrer Mutter – verbringen. Ich bin überzeugt davon, dass Stillkinder gewöhnlich am besten gedeihen. Ich gehe davon aus, dass Babys sich am geborgensten fühlen, wenn sie mit ihren liebevollen Müttern im Elternbett schlafen. Ich glaube, dass Kinder einerseits viel mehr können, als wir ihnen zutrauen, andererseits viel abhängiger von uns sind, als uns lieb ist. Als Mutter möchte ich die engste Vertraute meines Kindes sein. Deshalb

möchte ich mitfühlend, kreativ und bereit sein, seine Bedürfnisse ernst zu nehmen. Ich bin der Auffassung, dass eine unmittelbare Reaktion auf die Bedürfnisse des Kindes dazu beiträgt, dass das angeborene Urvertrauen erhalten bleibt und sich entwickeln kann. Schließlich glaube ich, dass die natürliche Säuglingspflege in wunderbarer Weise zu diesem Gesamtkonzept beiträgt.

Warum Sie zu diesem Buch gegriffen haben

Ich habe eine liebe Freundin, deren tiefes Mitgefühl als Mutter mich über Jahre hinweg immer wieder inspiriert hat. Ihre weisen Worte haben mich oft gestärkt, wenn ich daran zweifelte, ob ich mein Herz so weit öffnen konnte, wie ich es mir immer gewünscht hatte. Eines Tages vor langer Zeit fragte ich mich gerade, ob ich ein zweites Kind in meinem Leben willkommen heißen würde. Wie sollte ich genauso viel Kraft für es aufbringen können wie für mein Erstgeborenes? Könnte ich es genauso lieben? Was sollte ich tun? Meine Freundin antwortete mir, dass ich gar nichts tun müsste – ja, gar nichts tun könnte. Ich musste nur auf das achten, was schon immer da war. Sie versicherte mir, dass jedes Baby mit all der Liebe auf die Welt kommt, die es braucht.

Darin liegt das Geschenk und die Herausforderung der Mutterschaft. Wir müssen Liebe nicht erst »erwerben«, sondern sie in uns selbst entdecken und freisetzen. Das Gleiche gilt auch für die Windelfreiheit. Wir strengen uns unnötig an. Alles, was wir tun müssen, ist, in uns hineinzuhorchen und in einem ruhigen Moment zu entdecken, dass alles in uns bereits da ist.

Ich habe mich bemüht, dieses Buch so umfassend und verständlich wie möglich zu schreiben. Doch eigentlich finden Sie das, was Sie zur Umsetzung der Windelfreiheit brauchen, nicht in diesem Buch, sondern vielmehr in sich selbst.

Um den französischen Dichter Marcel Proust zu zitieren:

»Jeder Leser liest nur das, was in seinem Inneren ist. Ein Buch ist ein optisches Hilfsmittel, das der Autor dem Leser gibt, damit er in sich etwas entdecken kann, das er ohne Hilfe eines Buches nicht gefunden hätte.«

In gleicher Weise möchte ich Ihnen dieses Buch als Hilfe anbieten. Ich hoffe, dass meine Gedanken in Ihrer Seele Resonanz finden werden. Möge dieses Buch ein Brennglas sein, durch das Sie wieder entdecken, was Sie schon immer wussten – wie Sie auf sich selbst und Ihr Baby hören, sich und ihm vertrauen und liebevoll auf sich und Ihr Kind reagieren.

TEIL I

Entstehung und Grundlagen der natürlichen Säuglingspflege

KAPITEL 1 **Wie ich zur natürlichen Säuglingspflege fand**

Ich hätte mir niemals träumen lassen, dass ich einmal mit einem Baby ohne Windeln in einem Kulturkreis leben würde, wo Wickeln und ein Baby haben zusammen gehören. Als ich vor fünfzehn Jahren Mutter wurde, glaubte ich, alle Babys bräuchten Windeln und ein Topf-training. Ich konnte mir nicht vorstellen, dass es eine Alternative zur immer heftigeren Kontroverse um Stoff- oder Wegwerfwindeln geben könnte. Zu jener Zeit glaubte ich, Kinder könnten bis zum Alter von zwei Jahren ihre Schließmuskel nicht kontrollieren und wären nicht in der Lage, ihre Ausscheidungsbedürfnisse zu äußern. Etwas anderes zu erwarten, hätte nur alle möglichen unangenehmen körperlichen und psychischen Folgen. Das wollte ich unbedingt vermeiden.

Ich musste all meine Überzeugungen hinsichtlich der Sauberkeits-erziehung revidieren. Wie Millionen anderer Babys auf der ganzen Welt fiel es meinem jüngsten Kind nicht schwer, von frühester Kindheit an seine Bedürfnisse zu erkennen und seine Körperfunktionen zu kontrollieren. Seit seiner Geburt konnten wir uns darüber verständigen. Bis jetzt hat dies nur positive Folgen gezeigt: ein tiefes Vertrauen, eine starke Bindung und ein Kind, das über ein ausgeprägtes Körperbewusstsein verfügt und sich in seinem Körper wohl fühlt. Zusätzlich habe ich Geld und Arbeit gespart und die Umwelt nicht mit Plastikwindeln belastet.

Mein erstes Kind: Hausgeburt, Stillen, Tragen, Stoffwindeln

Als ich mein erstes Kind erwartete, war ich jung und enthusiastisch. Die Vorstellung, Mutter zu werden, begeisterte und erschreckte mich gleichzeitig. Wie die meisten Mütter, wollte ich es unbedingt »richtig« machen. Für mich bedeutete das, mich mit natürlichen Alternativen des Mutterseins zu beschäftigen, die ich intuitiv in mir spürte, und zu versuchen, meinem Instinkt zu vertrauen. Von Anfang an wusste ich, dass ich mein Baby zu Hause zur Welt bringen, es stillen, an meinem Herzen tragen und neben ihm im Bett schlafen wollte.

Mit dem Thema »Windeln« setzte ich mich intensiv auseinander (oder glaubte es zumindest) und entschied mich für weiche Baumwollwindeln und Wollwindelhöschen. Ich achtete sehr darauf, hinsichtlich der Körperfunktionen keinen Zwang auszuüben oder Schamgefühle bei meinem Kind hervorzurufen. Allem, was ich über das Thema Wickeln las und das den Beigeschmack von Zwang, Bestrafung oder Manipulation hatte, stand ich sehr kritisch gegenüber. Der Entwicklungsrhythmus und die Bedürfnisse meines Babys hatten oberste Priorität für mich.

Mein in Stoffwindeln gewickelter Sohn erhielt eine Sauberkeitserziehung, die sich an dem Trend der »Liebesbeziehung zwischen Mutter und Kind« orientierte. Dies bedeutete zu warten, bis das Kind die Bereitschaft zum Trockenwerden zeigt. Ja nicht drängen oder zwingen. Ja nicht zu früh damit beginnen. Lass das Kind den Zeitpunkt bestimmen (nicht bevor es zwei Jahre alt ist). Meiner Meinung nach war das die natürlichste und einfühlsamste Haltung, die die Rhythmen des Kindes berücksichtigte und ihm die Kontrolle über seinen eigenen Körper überließ. Ich stehe absolut dahinter, wie ich meinen wunderbaren Jungen groß gezogen habe. Er ist zu einem jungen Mann herangewachsen, der mich heute um einiges überragt. Aber sicherlich würde ich es mit dem Wickeln jetzt anders halten.

Mein zweites Kind: eine neue Perspektive

Im Herbst 1996 erwartete ich voller Freude mein zweites Kind. Inzwischen war ich eine »reifere« Mutter. Ich hatte mehr Vertrauen in meine Erziehungsmethoden, stellte aber immer noch vieles in Frage. Nach einiger Überlegung beschloss ich, mein Kind ohne fremde Hilfe zur Welt zu bringen. Es war klar, dass ich mein Baby stillen würde, bis es sich von selbst abstillte, und dass ich es bei mir im Bett schlafen lassen würde. Wie mein erstes Kind würde ich es tragen. Diesmal sogar mit noch intensiverem Körperkontakt. Ich nähte einen Tragesack, der so gemacht war, dass zwischen dem Baby und meinem Körper kein Stoff war. Ich hatte die Vorstellung, dass das Baby kaum Kleidung brauchen würde, weil ich es mit meinem Körper wärmen und ihm Schutz und Geborgenheit geben würde.

Ich bestellte zwei Dutzend umweltfreundliche Windeln, da ich sie immer noch für unvermeidlich hielt. Die Stoffschicht, die mich und mein Baby voneinander trennte, sollte so rein und naturbelassen wie möglich sein.

Sind Windeln notwendig?

Doch mein Partner und ich fühlten uns zunehmend unwohl mit dem Gebrauch von Windeln. Ganz bewusst verzichteten wir auf Flaschen-nahrung, Kinderbett, Krankenhausentbindung und sogar auf zu viel störende Kleidung zwischen mir und dem Baby. Wir wussten, dass sich Mutter und Kind brauchen und durch diese Symbiose aufblühen. Wir erkannten, dass Windeln bei diesem engen Körperkontakt hinderlich sind und nicht gerade zu dieser Nähe beitragen. Wir wollten weder die Entwicklung unseres Kindes beschleunigen noch uns von Körperfunktionen behindern lassen. Wir wollten unbedingt, dass sich unser Baby erleichtern konnte, wann immer es »musste«. Die Windeln aber verhinderten sowohl bei unserem Kind als auch bei uns die Wahrnehmung dieser Bedürfnisse. Wir waren absolut bereit, die Windeln zu wechseln, wenn es nötig war. Nur fragten wir uns inzwischen: Sind Windeln wirklich notwendig und gut?



Als ich begann, dieses Buch zu schreiben, fing ich an, mich für meine eigene Sauberkeitserziehung zu interessieren. Ich wusste schon lange, dass ich bereits früh keine Windeln mehr brauchte. Ich wunderte mich, warum ich diese frühe Sauberkeitserziehung ohne seelischen oder psychosomatischen Schaden überstanden hatte. Ich fragte meine Mutter nach Einzelheiten und hörte zu meinem Erstaunen, dass sie ihre

eigene Methode einer natürlichen Säuglingspflege praktiziert hatte.

Meine Mutter hat nie ein Buch über Kindererziehung oder Sauberkeitstraining gelesen. Ihre Mutter lebte in Übersee, und sie hatte nur wenige Freundinnen mit Kindern. Dennoch war sie überzeugt, dass sich ihre Babys in Windeln nicht wohl fühlen. Intuitiv und im Wissen über die Entwicklung ihrer Kinder setzte sie uns mit ungefähr sechs Monaten auf den Topf und sang uns dabei etwas vor. Offenbar war ihr Zeitgefühl richtig, und wir genossen die Nähe mit ihr. Auf dem oben abgebildeten Foto bin ich fünfzehn Monate, mein Bruder ist zweieinhalb Jahre alt. Keiner von uns beiden trägt eine Windel. Mit etwas mehr als einem Jahr konnten wir beide selbstständig auf die Toilette gehen.

Außerdem behagte uns die Vorstellung nicht, unser Kind in einer schmutzigen Windel liegen oder sitzen zu lassen, nicht einmal für kurze Zeit. Schmutz sollte vom Körper entfernt werden, nicht noch an ihm kleben. Wer wollte schon 24 Stunden am Tag einen lästigen Windel-Wulst zwischen den Beinen haben? Wir wollten so viel Körperkontakt wie möglich genießen können. Welche Botschaft gaben wir unserem Kind, wenn wir die Windelzone zwei Jahre lang oder mehr mit einer dicken Schicht isolierten? Welche Wirkung hatte eine Windel auf das spätere Körperbewusstsein und die Sexualität? Wie sollten wir reagieren, wenn unser Kind die Windel ablehnte (was jedes Kind früher oder später tut), und dabei gleichzeitig seinen Wunsch