

Tabuthema Bettnässen

Haben Sie ein Kind, das noch regelmäßig ins Bett macht und eigentlich schon zu alt dafür ist? Viele Eltern bleiben zum Glück lange gelassen. Je älter das Kind dann wird, desto eher wird das Thema „Bettnässen“ zu einem Problem. Nicht nur fürs betroffene Kind selbst, sondern oft für die gesamte Familie.

Nicht selten ist das Bettnässen ein Tabuthema, das oft geheim gehalten wird.

Dass es noch ins Bett macht, ist dem Kind sehr peinlich und nicht selten entwickeln ganze Familien Vertuschungsstrategien, die mit großem Aufwand aufrechterhalten werden. So werden beispielsweise Übernachtungseinladungen mit der Begründung abgesagt, das Kind dürfe nicht woanders übernachten und um die Teilnahme an Klassenfahrten zu vermeiden, werden kreative Ausreden erfunden.

Dabei betrifft das Bettnässen mehr Kinder, als Sie vielleicht vermuten. Laut Statistik sind es:

- in jeder Kindergartengruppe etwa 15% der Kinder,
- in jeder 1. Grundschulklasse etwa vier Kinder. Das entspricht 11,8% und
- in jeder 4. Schulklasse immerhin noch zwei bis drei Kinder (das sind 7,2%), die mehr oder weniger regelmäßig nachts noch einnässen.

Je älter die betroffenen Kinder oder Jugendlichen sind, die noch einnässen, umso häufiger nässen Sie ein. Bei den 5-jährigen nässen etwa 14 % jeden Tag in der Woche ein, bei den 19-jährigen sind es 49%.

Große Scham und Geheimhaltestrategien

Die meisten Eltern glauben, dass sie Schuld am Bettnässen ihrer Kinder haben, schämen sich und halten das Problem geheim. Selbst Familienmitglieder und Freunde wissen oftmals nichts von dem Geheimnis. Einige Experten raten, rechtzeitig Hilfe aufzusuchen, denn je älter das Kind werde, umso größer würden die psychosoziale Belastung beim Kind und innerhalb der Familie.

Wurde das Symptom Bettnässen früher fast ausschließlich als Ausdruck einer Verhaltensstörung des Kindes gedeutet, haben zahlreiche wissenschaftliche Untersuchungen gezeigt, dass das Bettnässen in den allerseltensten Fällen psychische, soziale oder auch urologische Fehlbildungen oder Erkrankungen als Ursachen hat. Vielmehr hat es oft mit Veranlagungen, Reifeverzögerungen von Nervenstrukturen, Mangel eines Hormons o.a. zu tun. Die Abklärung kann durch einen Arzt erfolgen.



Den Kindern die Eigenverantwortung für die Blasenentleerung zurückgeben.

Nach der Meinung des dänischen Familienexperten Jesper Juul seien viele Eltern überbeschäftigt eine Lösung fürs Bettnässen zu finden, während sich das Kind als zuschauende Randfigur erlebe, das gar nicht auf die Idee kommt, dass es selbst für die Lösung des Problems zuständig ist. Man solle dem Kind klar machen, dass nur es selbst die Blasenentleerung kontrollieren kann. Es sei wichtig, dass das Kind das Gefühl bekommt, dass es selbst etwas zur Änderung der Situation beitragen kann.

Zusammenfassend kann man sagen: Nässt ihr Kind länger ein als in manchen Büchern geschrieben, sind Gelassenheit und Ruhe gefragt, - oft hört das Bettnässen von alleine auf. Falls dies mit Schulbeginn noch nicht der Fall ist und Sie besorgt sind, klären Sie eventuell die körperlichen Ursachen mit einem Arzt ab und

reden Sie vor allem mit Ihrem Kind. Nicht nur unter dem Aspekt „was können wir noch alles unternehmen, um das Problem zu lösen?“, sondern vor allem auch unter dem Motto: „Du bist der einzige Mensch auf der ganzen Welt, der deine Blase kontrollieren kann. Das kann niemand sonst für dich tun.“ Bitte sagen Sie das ohne Vorwurf und Zeigefinger, sondern ruhig und sachlich. Sie können ja davon ausgehen, dass das Kind nicht extra ins Bett macht. Deshalb braucht es Verständnis und Ihre ganze Unterstützung, aber auch Klarheit. Und mit jeder Nacht, die trocken zu Ende geht, steigt das Selbstwertgefühl des Kindes.

Weitere Infos unter: www.initiative-trockene-nacht.de/



Treffpunkt.Familie informiert, unterstützt und berät auf Wunsch Familien im Burggrafenamt, die Zweifel oder Fragen rund um das Thema Erziehung haben. Gerne können Sie Elternsprechstunden vormerken.

www.familie.it

treff.familie@kinderdorf.it

Andreas Hofer Str. 2, 39011 Lana

Tel. 342-3350083 und 342-5748764



Bezirksgemeinschaft Burggrafenamt
Comunità Comprensoriale Burggrafenamt

AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL
Familieneragentur



PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE
Agenzia per la famiglia