

Adieu, mein kleiner Schnuller!

Toll! Der erste Abschied vom Schnuller, einem treuen Freund und Begleiter, ist geschafft. Wie Eltern ihrem Kind Schritt für Schritt helfen können, den Nucki ganz zu vergessen:

Als Ihr Kind noch ein Baby war, erwies sich der Schnuller oft als Segen. Es konnte sich beim Nuckeln wunderbar beruhigen und entspannen. Doch wenn das Kleine in den Kindergarten kommt, wird es Zeit, um vom Schnuller Abschied zu nehmen. Denn der Schnuller im Mund kann zu Fehlstellungen der Zähne führen. Dadurch kommt es manchmal auch zu Sprachstörungen wie Lispeln. Gut, dass der Schnuller für kleine Forscher, die neugierig ihre Welt erkunden, tagsüber immer unwichtiger wird. Sie brauchen ihre ganze Energie zum Entdecken und Lernen. Da ist der „Nucki“ nur störend.

Manchmal nuckeln Kleinkinder aber auch aus reiner Gewohnheit. Sie merken oft nicht, wenn die Mama ihnen beim Spielen den Schnuller abnimmt. Andere Kinder stecken ihren Nucki in den Mund, wenn sie sich langweilen.

So können Eltern ihrem Kind den Abschied vom Schnuller erleichtern:

1. Achten Sie einmal darauf, wie oft Ihr Kind den Schnuller tagsüber nimmt. Versuchen Sie herauszufinden, wann es ihn am meisten braucht. Gegen schlechte Laune und Langeweile haben Sie selbst die besten Trümpfe in der Hand. Lassen Sie Ihr Kind an Ihrem Leben teilnehmen. Kleinkinder sind nämlich stolz, wenn sie Mama und Papa zur Hand gehen dürfen – und dabei ist der Schnuller nur im Weg. Denn der passt nun mal nicht zu einem kleinen Bäcker, der eifrig den Teig knetet oder eine Torte mit Kirschen belegt. Je mehr Zeit Sie sich für Ihr Kind nehmen, desto schneller wird es seinen Nucki vergessen.
2. Wenn Ihr Kind seinen Schnuller tagsüber nicht mehr braucht, ist es bald bereit, auch nachts auf ihn zu verzichten. Es sollte ihn aber freiwillig und aus Überzeugung abgeben. Erzählen Sie Ihrem Kind Geschichten, etwa die vom Schnullerzweig aus dem Schnullerland. Er holt den Schnuller ab und bringt dafür etwas sehr Schönes mit – ein neues Spielzeug vielleicht oder eine Schatzkiste mit kleinen Überraschungen. Bevor Ihr Kind seinen Schnuller endgültig abgibt, könnten Sie ihm eine Übergangslösung anbieten. Basteln Sie aus einem leeren Schuhkarton ein Bettchen für den Schnuller. Es steht neben dem Kinderbett. Ihr Kind darf sich abends entscheiden: „Brauche ich den Schnuller oder lege ich ihn in seinem Bettchen schlafen?“ Jedes Mal nach einer schnullerfreien Nacht liegt im Schnullerbett eine kleine Überraschung.
3. Viele Kinder schaffen es erst nach mehreren Anläufen auf den Nucki zu verzichten. Abschiednehmen tut nämlich weh. Machen Sie Ihrem Kind aber bitte keine Vorwürfe. Es braucht jetzt viel Verständnis. Ermuntern Sie es erneut, den Schnuller abzugeben. Erzählen Sie ihm aus Ihrer Kinderzeit. Wie schwer auch Ihnen der Abschied vom Schnuller fiel. Aber wie stolz Sie waren, als Sie es schließlich doch geschafft hatten.

Und dann ist es soweit: Ihr Kind möchte seinem Nucki Adieu sagen. Lassen Sie sich etwas ganz Besonderes einfallen. Vielleicht schicken Sie ihn mit einem Papierschiffchen auf Seereise. Oder Sie hängen den Schnuller in den Lieblingsbaum Ihres Kindes. Am nächsten Morgen ist er dann fort. Unter dem Baum liegt ein Päckchen vom Schnullerzweig.

4. Es kann sein, dass Ihr Kind seinen Schnuller um jeden Preis wiederhaben möchte. Besorgen Sie bitte nicht sofort einen Ersatzschnuller. Helfen Sie Ihrem Kind statt dessen mit seinem Kummer fertig zu werden. Zeigen Sie Mitgefühl und Verständnis: „Ich kann verstehen, dass du traurig bist. Denn du hast deinen Schnuller sehr gern gehabt. Und nun ist er nicht mehr da. Aber ich werde dich trösten. Als ich einmal traurig war, hast du mich ganz fest in den Arm genommen. Das hat mir sehr geholfen. Komm, ich nehm dich jetzt auch mal in den Arm. Dann geht es dir bestimmt besser.“ Darüber hinaus heilt die Zeit alle Wunden. Bald wird Ihr Kind den Verlust verschmerzt haben. Und diese erste Bewährungsprobe hat es stark gemacht. Sie dürfen stolz auf Ihr großes Kind sein.

Quelle: „Leben & erziehen“, 02/98, Autorin: Margret Nußbaum