

Nachfolgende Tipps können nicht für jedes Kind gleich hilfreich sein. Sie als Eltern kennen Ihr Kind so gut, dass Sie aus den Vorschlägen einen oder zwei als geeignet herausgreifen sollten. Bewahren Sie Geduld dabei und wechseln Sie nicht von einem Tipp zum anderen.

1. Daumen ade –

Hier kommt die Schnullerfee!

Spätestens ab dem zweiten Lebensjahr sollten die Eltern beginnen, ihrem Kind das Lutschen und Saugen an Gegenständen oder dem eigenen Daumen abzugewöhnen. Für viele Eltern gestaltet sich dieses Vorhaben als echter Kampf. Wer verzichtet schon gerne auf lieb gewordene Gewohnheiten, welche zudem auch noch so schön beruhigen. Ob sanfter Entzug oder radikaler Schnitt, Sie sollten möglichst immer geduldig und konsequent vorgehen. Andernfalls endet es wie mit dem Glimmstängel für passionierte Raucher – er findet seinen Weg auch immer wieder zurück in den Mund.

2. Trösten

Wenn Ihr Kind quengelt, sollten Sie es erst liebevoll in den Arm nehmen und ihm dann den Schnuller geben. Verlängern Sie nach und nach die Kuschelzeiten.

3. Tricksen

Ein Schnuller, der mit einem kleinen Loch versehen oder dem stückweise die Saugerspitze mit der Schere abgeschnitten wird, „schmeckt“ vielen Kindern auf Dauer nicht mehr so gut.

4. Stichtag

Geburtstag, Weihnachten oder erster Kindergarten tag. Der Abschied vom Nuckelobjekt sollte langfristig vorbereitet und dann richtig gefeiert werden. Am Besten mit einem kleinen Abschiedsritual und natürlich einem Geschenk.

5. Schnullerfee

Die Schnullerfee ist eigentlich eine Tauschkönigin! Sie kommt in der Nacht, nimmt den vor die Tür gelegten Schnuller mit und lässt dafür ein heiß begehrtes Geschenk zurück. Wird der Schnuller zurückverlangt, so muss das Spielzeug wieder getauscht werden. Das wollen die wenigsten Kinder.

6. Däumling

Auf dem Daumnagel wird das kleine Gesicht des Däumlings gemalt. Dieser fürchtet sich jedoch im dunklen nassen Mund und möchte nicht mehr in die Höhle gesteckt werden. Kleine Kinder lieben solche Geschichten und der Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt.

7. Daumenkönig

Im Buchhandel gibt es schöne Bücher, die das Abgewöhnen erleichtern (z.B. „Phillip und der Daumenkönig“ oder „Ein Bär von der Schnullerfee“)

8. Lutschkalender mit Sonnen und Wolken

Ein Lutschkalender motiviert jeden Tag aufs Neue. Wer auf das Nuckeln verzichtet hat, bekommt eine Sonne in den Kalender gemalt, andernfalls gibt es eine Regenwolke. Auch hier sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Ab einer bestimmten Anzahl an Sonnentagen kann es eine kleine Belohnung geben.

9. Verschenken oder Vergraben

Viele Kinder trennen sich leichter von Ihrem Schnuller, wenn sie ihn einem kleinen Kind, das ihn „dringender braucht“, schenken können. Andere Kinder trennen sich besser vom Schnuller, wenn der Schnuller mit einem Ritual im Garten vergraben wird.

10. Klare Worte

Wer sich Zeit nimmt und seinem Nachwuchs immer wieder die Nachteile des permanenten Lutschens in einer kinderverständlichen Sprache aufzeigt, wird erstaunt sein, wie vernünftig Drei- bis Vierjährige manchmal sein können.

11. „Entwöhnungssauger“ oder Mundvorhofplatte

Der Entwöhnungssauger hilft frühzeitig – bereits ab dem zweiten Lebensjahr – ungesundes Daumenlutschen zu stoppen. Mundvorhofplatten erleichtern den Kindern den Übergang zum schnullerfreien Dasein, gleichzeitig wirken sie dem offenen Biss entgegen.

12. Noch eine kleine Bemerkung am Schluss

Kinder, die älter sind als vier Jahre und auf das Nuckeln am Daumen oder am Schnuller immer noch nicht verzichten können oder wollen, verdienen besondere Aufmerksamkeit. Manchmal ist das Saugen eine sprachlose Bitte des Kindes nach mehr Herzenswärme und Zuwendung und deshalb noch ein kleiner Trost. Irgendwann sind die Tage eines Schnullers gezählt – alles nur eine Frage von Zeit, Geduld und Liebe.