

# Schnuller und Daumen: Wann Kinder sich entwöhnen sollten

geschrieben von Redakteur | Mai 22, 2025



## Viele Eltern haben laut einer Umfrage das Gefühl, den richtigen Zeitpunkt zum Abgewöhnen verpasst zu haben

Schnuller und Daumenlutschen können Babys beruhigen und ihnen helfen, besser einzuschlafen – das wissen viele Eltern aus eigener Erfahrung. Doch wann ist der richtige Zeitpunkt, sich von diesen Gewohnheiten zu verabschieden? Eine landesweite Umfrage des C.S. Mott Children's Hospital an der University of Michigan (USA) gibt Einblicke in die Erfahrungen und Unsicherheiten vieler US-amerikanischer Familien.

## Häufiger als gedacht – und manchmal länger als gut ist

Fast jedes zweite Elternteil berichtet, dass das eigene Kind einen Schnuller genutzt hat oder nutzt. Ein Viertel der Kinder lutscht oder lutschte am Daumen oder an den Fingern. Dabei war

das Verhalten vor allem mit Einschlafsituationen, Mittagsschlaf oder emotionalem Stress verbunden – einige Kinder griffen aber auch beim Fernsehen oder in anderen Alltagssituationen regelmäßig darauf zurück. Etwa jedes fünfte Kind nutzte den Schnuller nahezu durchgängig.

Viele Eltern gaben an, im Nachhinein das Gefühl gehabt zu haben, den richtigen Zeitpunkt zum Abgewöhnen verpasst zu haben. Und das kann Folgen haben: Ein zu langes Beibehalten der Gewohnheit kann die Zahnentwicklung stören – und möglicherweise auch die Sprachentwicklung.

## **Kuscheltier oder Handschuhe? Wie Eltern versuchen, das Verhalten zu beenden**

Über die Hälfte der befragten Eltern ist der Meinung, dass Kinder spätestens vor dem zweiten Geburtstag mit dem Schnuller oder Daumenlutschen aufhören sollten. Manche Kinder hören von selbst damit auf, doch nicht immer geht der Abschied reibungslos. Eltern berichten von verschiedenen Strategien: Einige schnitten ein Loch in den Sauger, um ihn unattraktiver zu machen, andere setzten auf Ersatz wie ein Kuscheltier. In seltenen Fällen kamen sogar abschreckende Mittel wie scharfe Sauce oder Vaseline zum Einsatz, was sicher nicht zur Nachahmung empfohlen werden sollte. Die Eltern sind jedenfalls gefragt, ihr Kind achtsam und liebevoll beim Loslassen dieser frühen Trostspender zu begleiten.

Laut Susan Woolford, Co-Direktorin des Mott Polls, sind Schnuller und Daumenlutschen in der frühen Kindheit ein normales Beruhigungsverhalten. Wenn es aber über die Kleinkindzeit hinaus bestehen bleibt oder das tägliche Leben beeinträchtigt, könne es ein Hinweis darauf sein, dass dem Kind alternative Strategien zur Stressbewältigung fehlen.

Hier geht es zur Originalfassung des Berichts:  
<https://mottpoll.org/>

Quelle: Pressetext.com/Ann Arbor