

Hilfe - mein Kind kaut an seinen Klamotten!

Kauen und Beißen



Als Elternteil hast du sicher schon mal mit einem Seufzen auf das T-Shirt deines Kindes geschaut und dich gefragt, warum die Kragen schon wieder voller Löcher sind. Oder vielleicht hat der neue Pullover deines Sohnes bereits große Löcher in den Ärmeln. Du bist definitiv nicht der einzige Elternteil, der sich fragt, warum Kinder auf ihrer Kleidung kauen und ob man dagegen etwas tun kann.

Warum kauen Kinder?

Kauen ist ein natürlicher Impuls. Er beginnt schon in der Babyzeit, wenn Babys alles in den Mund nehmen, um die Welt zu entdecken. Wenn Kinder älter werden, kann das Kauen auf Kleidung eine Möglichkeit sein, Anspannung oder Stress abzubauen. Für manche Kinder, besonders solche mit sensorischen Besonderheiten wie ADHS oder Autismus, kann es eine Form der Selbstregulation sein. Es gibt ihnen die nötige sensorische Unterstützung, die dabei helfen kann, sich zu konzentrieren oder ruhig zu bleiben.

Außerdem gibt es Kinder, die einfach ein starkes Kaubedürfnis haben. Das kann durch Reizüberflutung entstehen, aber auch durch Unterstimulation. In beiden Fällen kann das Kauen eine gewisse Erleichterung bringen.

Die Auswirkungen des Kleidungskauens

Auch wenn das Kauen auf Kleidung auf den ersten Blick harmlos wirkt, kann es einige Probleme verursachen. Es beschädigt natürlich die Kleidung, was zu zusätzlichen Kosten für Ersatz führen kann. Wichtiger ist aber, dass es ein Zeichen dafür sein kann, dass dein Kind nach Wegen sucht, sich in seiner Umgebung wohler zu fühlen.

Neben Kleidung kann sich dieses Verhalten auch auf andere Gegenstände ausweiten, wie Stifte, Bleistifte oder sogar Nägel. Es kann daher hilfreich sein, herauszufinden, welche Reize oder Situationen zu diesem Verhalten beitragen.

Warum ähneln die Ursachen des Kleidungskauens dem Nagelkauen bei Kindern?

Kinder zeigen manchmal unbewusste Verhaltensweisen wie das Kauen auf Kleidung und Nagelkauen. Beide Gewohnheiten sind häufig stress- oder angstbedingt. Für Eltern ist es wichtig, dieses Verhalten zu verstehen und gegenzusteuern. [Effektive Tipps gegen das Nagelkauen bei Kindern](#) können auch dabei helfen, das Kauen auf Kleidung zu reduzieren.

Was kannst du tun?

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, das Kauen auf Kleidung zu reduzieren. Hier sind ein paar Vorschläge, die du ausprobieren kannst:

Kauschmuck / Kauketten

Auch wenn Kaugummi oder Snacks als Alternativen zum Kauen bekannt sind, bieten Kauketten eine nachhaltigere Lösung. Diese flexiblen Silikon-Anhänger können um den Hals getragen werden und stellen eine sichere Alternative zur Kleidung dar. Sie werden zwar häufig von Kindern mit Autismus oder ADHS genutzt, können aber auch für Kinder ohne Diagnose hilfreich sein, die einfach gerne kauen. In unserem Shop findest du eine große Auswahl an Kauketten in verschiedenen Formen, Farben und Stärken – sodass für jedes Kind die passende dabei ist.

Sensorisches Spielzeug

Neben Kauketten kann sensorisches Spielzeug wie Fidget Toys dabei helfen, das Kaubedürfnis zu reduzieren, indem es Ablenkung bietet. Diese Hilfsmittel sind darauf ausgelegt, die Sinne zu stimulieren, ohne dabei Schaden anzurichten.

Struktur und Routine

Manche Kinder profitieren von einer strukturierten Umgebung mit vorhersehbaren Routinen. Diese Vorhersehbarkeit kann dazu beitragen, das Gefühl von Kontrolle zu stärken, was wiederum nervöses Verhalten wie das Kauen auf Kleidung reduzieren kann.

Stressabbau

Yoga, Meditation oder einfache Atemübungen können Kindern helfen, besser mit Stress umzugehen. Eine beruhigende Abendroutine kann außerdem helfen, überschüssige Energie abzubauen und Anspannung zu reduzieren.

Probier eine Kaukette aus

Kauketten können ein sensorisch unterstützendes Hilfsmittel für Kinder sein, die einen sicheren Weg brauchen, um Anspannung abzubauen. Sie sind nicht nur praktisch für Kinder

mit ADHS oder Autismus, sondern auch für Kinder, die Nägel kauen oder ständig auf etwas kauen möchten.

Das Schöne an einer Kaukette ist, dass sie einfach zu benutzen und leicht zu reinigen ist. Sie sind in verschiedenen Farben und Stilen erhältlich, sodass dein Kind selbst seine Lieblingsfarbe wählen kann.

Ob du dich für eine Kaukette oder eine andere Lösung entscheidest – das Wichtigste ist, dass dein Kind sich unterstützt fühlt. Es kann ein bisschen Ausprobieren brauchen, um herauszufinden, was für dein Kind am besten funktioniert.

Fazit

Das Kauen auf Kleidung kann eine Herausforderung sein, aber es ist wichtig zu verstehen, dass es für Kinder oft eine Möglichkeit ist, mit Emotionen oder Reizen umzugehen. Indem du verschiedene Lösungen ausprobierst – wie Kauketten oder das Schaffen einer strukturierten Umgebung – kannst du gemeinsam mit deinem Kind daran arbeiten, das Kaubedürfnis auf Kleidung zu reduzieren.

Bleib geduldig und hör auf die Bedürfnisse deines Kindes. Manchmal kann ein kleines Hilfsmittel wie eine Kaukette schon einen großen Unterschied machen. Probier es einfach aus und schau, ob es für dein Kind funktioniert.

Block "**unter-blog**" not found

Für den diagnostischen oder therapeutischen Einsatz bei ADHS oder Autismus liegen keine medizinischen Studien vor. Das Produkt ist kein Medizinprodukt.

Was ist eine Kaukette?

Eine Kaukette ist ein fester Silikonanhänger zum Kauen, den man um den Hals trägt. Für Kinder ab 3 Jahren, Jugendliche und Erwachsene mit erhöhtem Kaubedarf, die sonst auf Kleidung, Nägel oder Stifte kauen.

Ein sicheres und geeignetes Ventil zum Kauen, für Kinder mit erhöhtem Kaubedarf oder sensorischen Bedürfnissen. Lebensmittelechtes Silikon, BPA-frei, in vier Stärken.

KAUKETTEN ANSEHEN