

Zindelijkheid Vlot op de pot ?



Christel Daenen
pedagoge
Opvoedingsconsulente K&G



Kind & Gezin
kind is koning

Op het programma:

- Aantal stellingen
- Daaraan gekoppeld- achtergrond:
 - Wanneer en hoe wordt een kindje zindelijk?
 - Wanneer moet ik me ongerust maken?
 - Culturele en maatschappelijke invloeden
 - Zindelijkheidstraining: Hoe pak ik het aan? Tips and tricks
 - Veel voorkomende problemen
- Ruimte voor vragen





Stellingen

In groepjes van 3 à 4

Vraag 1

Geef een definitie, omschrijving van 'zindelijk zijn' ?



Vraag 2

- Is het zindelijk worden van kinderen ook een prestatie van de ouders ?



Vraag 3

- Een ouder geeft aan dat haar kindje (bijna schoolgaand) per sé niet op het potje wil. Wat raad je haar aan?



Vraag 4

- Dat kind doet in zijn broek om mij te pesten.
Wat moet ik doen?



Vraag 5

- Op welke leeftijd is een kind toe aan zindelijk worden ?



Vraag 6

- Het ene kind drinkt meer dan het andere. Maakt dat wat uit met betrekking tot zindelijkheid?



Vraag 7

- Wat zijn onhandige momenten om te starten met zindelijkheid ?



Vraag 8

- Sommige kinderen houden hun ontlasting op. Hoe ga je hiermee om?



Vraag 9

- Het is niet de taak van een kleuterleidster om een kindje zindelijk te maken.



Vraag 10

- Moet je kinderen verplichten om naar het toilet te gaan in school?



Duiding

Wanneer en hoe wordt een kindje zindelijk?

Wanneer moet ik me ongerust maken?

Culturele en maatschappelijke invloeden

Zindelijkheidstraining: Hoe pak ik het aan? Tips and tricks

Veel voorkomende problemen



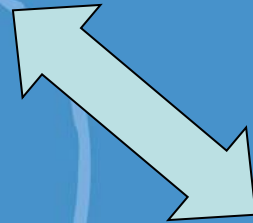
1. Normale ontwikkeling van zindelijkheid

Succes van een zindelijkheidstraining
= in grote mate afhankelijk van juiste afstemming van
leerprocessen op
rijpingsprocessen





Het kind



Zindelijkheidstraining



Kind & Gezin
kind is koning

Fasen blaasbeheersing:

- **REFLEXFASE** (tot 18 maanden)
Blaas leegt automatisch bij bepaalde inhoud
- **BEWUSTWORDINGSFASE**
kind legt verband tussen 'druk voelen' en plassen
én merkt op dat het nat is
- **BEHEERSINGSFASE** tussen 2 en 3 jaar
perifere beheersing
centrale beheersing



Wanneer starten met training?

Belang van de kindkenmerken:

- Kind moet **BEGRIJPEN**

Verbanden leggen, voldoende taal begrijpen

- Kind moet **KUNNEN**

Rijping, fysieke gewaarwordingen voelen

- Kind moet **WILLEN**

Link met ontwikkelingsfase en koppigheid

Rol van jou als ouder = ondersteunen van een natuurlijk leerproces



Hoe zie ik dat mijn kind er klaar voor is?

Je kind maakt je zelf duidelijk dat hij er klaar voor is..

- Door er over te praten
'pipi doen', 'kaka of bah doen', 'op potje'
- Door al enkele uren droog te blijven (vb. droog na 2 uur, droog na zijn middagdutje)
- Door te laten merken dat hij zijn natte luier vies vindt
- Door interesse te tonen voor de WC of het potje
- Door te laten merken dat hij moet plassen of kaka doen
vb. onderbreekt zijn spel en kijkt naar zijn buik, gaat in een andere houding staan,..



Niet te vroeg, niet te laat...

Kijk naar je **kind** (begrijpen-kunnen-willen),

naar je **gezin** (veranderende situatie?
Mogelijkheden gezin?),

én naar de **omgeving** (opvang, start
kleuterschool, zomer...)



! Individuele verschillen

- Rijping = motorische ontwikkeling
 - Ene kind is er eerder klaar voor
 - Meisjes doorgaans sneller dan jongens
- Kinderen verschillen in snelheid van 'leren'
 - variatie van enkele weken tot enkele jaren
 - Veel/weinig ongelukjes

!! Betekenis: = controle krijgen, = een prestatie
Positief zelfbeeld



Volgorde van zindelijk worden – Wat lukt eerst?

1. overdag 'proper' (geen kaka meer in pamber)
2. 's nachts 'proper'
3. Overdag 'droog'
Bijna alle 4-jarigen!
4. 's nachts 'droog'
bijna alle 5-jarigen



Wanneer moet ik me ongerust maken?

- Je raadpleegt best een arts wanneer je kind
- Op 4,5 à 5 jaar overdag nog niet droog is
- Op 6 à 7 jaar `s nachts nog niet droog is

Voor deze leeftijd kan (late) rijping spontaan nog in orde komen.

!! De verwachting dat kinderen droog zijn op 2 jaar 6 maanden (kleuterschool) klopt medisch niet!



Culturele invloeden

- Verschillen tussen culturen
- Voorbeeld: Westerse versus Afrikaanse cultuur
zindelijkheidstraining start al zeer vroeg
klassieke conditionering
reflexmatig gedrag wordt 'beloond' met
borstvoeding

! Effect op 12 jaar: hoger % bedplassen



Verlating in eigen cultuur!

1940 - nu

- Start later
- Onzekerheid over methode in recente jaren en dus meerdere toegepast
- Training wordt meer vrije benadering
- Opvangdoeken wijzigen
- Kinderstoel vervangen door (niet) aangepast toilet



Onze kinderen zijn later zindelijk dan wij!

- Literatuur
 - Jaren '40 → 18 maanden
 - Vandaag → 21 à 36 maanden

→ 3 tot 18 maanden later zindelijk



Oorzaken?

- Andere methode: bewuste training
- Gemak wegwerpluiers
 - Kinderen minder gevoel van nat zijn
- Ouders
 - Verminderde tijd en aandacht
 - Zijn er minder mee bezig (komt vanzelf)
 - Weten niet hoe aanpakken.
 - Overheveling verantwoordelijkheid aan derden

Oorzaken niet bij KIND, maar OMGEVING.



Gevolgen:

- A. Verschuiving naar onderwijs omgeving
Belasting van kleuterleidsters vergroot
 - Veel niet-zindelijke kinder in kleuterklas
- B. Kinderdagverblijven: kans op infectie,
verhoogde kans hepatitis langs besmette
handen
- C. Luienberg: per baby 500 kg luiers per jaar of
1400 kg over ganse luielperiode



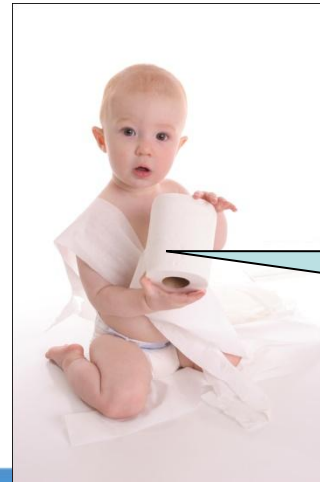
Hoe pak ik het aan?



Kind & Gezin
kind is koning

Tips and tricks:

- **Het basis idee :**
 - Zachtjes, **niet overhaast** te werk gaan
 - maar **systematisch** aangemoedigd
 - Rekening houden met het **tempo** van het kind
- enkel beginnen te trainen als



Ik ben er klaar voor



Eerste fase: je kindje laten wennen aan het potje

- Potje in huis?
 - Welk potje?
 - Niet te groot
 - Kindje moet voetjes kunnen steunen
 - Knieën op hoogte van bekken
 - Laat je kindje er aan wennen (spelen,..)
- Laat je kindje kijken
Neem je kindje mee als jij naar het toilet gaat.
- Benoem als je je kindje verschoont
pipi, luier = nat, flink zo!, kaka gedaan!
- Toilet = onderdeel van dagelijks ritueel, vb. na opstaan, voor eten,..
op potje = meermaals per dag, maar forceer niets!!



Je wil starten met 'trainen'

- Beloon elk gedrag in de richting van het doelgedrag!
Tips: hoe belonen? Complimentje, knuffel, sticker, eigen toiletpapier..
Benoem concreet wat je goed vind. Vb. Wat flink dat jij op je potje blijft zitten.
! Reageer consequent!!
- Zorg steeds voor een ontspannen sfeer
je eigen houding, een boekje, ..
- Geleidelijkaan opbouwen
vb. eerst met pamber op potje, dan even zonder pamber
- Nooit boos worden of straffen!!
- Potje helpen leegmaken en doorspoelen (tenzij angst)



Wanneer op potje?

- Vaste momenten. Op potje = ritueel
- + Reageer op signalen van je kindje

Opgelet:

Gedoseerde aandacht!

(Teveel aandacht aan geven kan ook averechts werken.)



OVERDAG



- Regelmatig op het potje zetten (met volle blaas!)
- Zittend plassen, voeten op de grond: ook voor de jongens!
- Potje op een vaste plaats
- Rustig de Tijd geven, niet persen
- Vraag regelmatig of het moet plassen
- Bravo als goed
- Gemakkelijke kledij
- Niet té netjes
- Voldoende en geregeld drinken
- Luier weg als $\frac{1}{2}$ droog
- Ongelukje?
- Periode?



'S NACHTS:

Blijft het kind de helft van de nachten droog,
dan kan je starten met de nachtelijke
droogtraining

- Gaat vanzelf (niet teveel druk)
- Ook na 16 u drinken
- Niet ophalen om te plassen
- Niet boos bij ongelukjes
- Tot 7 jaar is bedplassen niet abnormaal!
- Voorzie onderlegger, reserve beddegoed



Veel voorkomende vragen..

- Mijn kind wil niet op het potje.
- Geen kaka willen doen op potje of WC.
- Angst bij kaka doen.
- Hoe reageren op een 'terugval'?



Ondersteun ouders

- Het loopt geregeld mis als ouders onder druk komen te staan.
- Cultureel belemmerende factoren, vb. inwonen bij schoonouders, op bezoek in weekend,..;
- Ouders willen het té goed doen!

- Goede afstemming ouders – school
- Dialoog!!! Elk kind, elk gezin is anders!
- Lukt het niet, geef deskundig advies! Of verwijst naar professionele hulp.



Heb je nog vragen?

- Praat er over!
- Je kan terecht bij
 - Huisarts, kinderarts
 - K&G
 - opvoedingswinkels



Veel succes!!



Kind & Gezin
kind is koning