

Protocol zindelijk worden

De dag dat een kind bezig gaat met zindelijkheid, is een dag waar veel ouders/verzorgers naar uit kijken. Het is een zeer bijzondere en ingrijpende gebeurtenis in het leven van zowel een kind als zijn/haar ouder(s)/verzorger(s).

De vraag wanneer kinderen zindelijk worden krijgen wij veelvuldig te horen van ouders/verzorgers.

Hier is niet een eenduidig antwoord op te geven. Net als met alle andere ontwikkelingen die een kind door maakt, spelen vele factoren een rol. Ieder kind maakt deze ontwikkelingen op zijn/haar eigen tempo en daar heb je niet altijd invloed op.

Wel merken wij op het kinderdagverblijf dat sommige kinderen (en hun ouders/verzorgers) een duwtje in de rug nodig hebben, om de stap richting zindelijk te maken. Er wordt snel gedacht dat een kind er nog niet “aan toe” is om zindelijk te worden. Ook kan het drukke bestaan van ouders een reden zijn om nog te wachten met het opstarten van een zindelijkheidstraining.



De pedagogisch medewerkers van De Groene Weide staan achter de uitspraak: “zindelijk worden doen we samen”. Dit houdt in dat zowel de ouders/verzorgers als de pedagogisch medewerkers zich zullen inzetten om het kind zindelijk te krijgen.

Vanuit het kinderdagverblijf zal u worden benaderd wanneer uw kind tussen de 2 en 2.5 jaar oud is. Mocht u zelf al eerder een start willen ondernemen dan is dat uiteraard prima en bent u van harte welkom om dit samen met ons op te pakken.

Vanuit het kinderdagverblijf gezien, is het wenselijk dat ouders/verzorgers thuis starten met de zindelijkheid van hun kind. Ons advies is om te starten tijdens een aantal dagen dat er weinig verplichtingen zijn rondom het gezin. Op deze manier kan er met enige rust, aandacht worden geschonken aan het zindelijk worden van uw kind. Na deze paar dagen springen de pedagogisch medewerkers graag bij om samen met u, uw kind verder te begeleiden.

Hieronder volgen een aantal aandachtspunten ter voorbereiding op de zindelijkheid van uw kind:

- Koop voldoende onderbroekjes, het liefste, samen met uw kind. Sommige kinderen ervaren het als een extra stimulans dat ze nu mooie onderbroeken aan mogen. Een romper, zonder luier eronder, zit niet lekker en is ook zeker niet praktisch tijdens de bezoeken aan het toilet.
- Koop een potje en/of een brilverkleiner (deze voor op het grote toilet). Wanneer u kiest voor een brilverkleiner dan is het raadzaam ook een voetensteuntje aan te schaffen. Op deze manier kan het kind zijn/haar voeten erop plaatsen en zit hij/zij goed stevig op het toilet.
- Bereid het kind een dag van te voren er op voor dat morgen de luier afgaat. Laat het potje/verkleiner aan het kind zien en vertel erbij waar het voor dient en hoe het werkt.
- Bij de boekhandel of de bibliotheek zijn veel boeken te koop/te leen wat gaat over zindelijk worden. Het kan voor een kind stimulerend werken om er samen iets over te lezen.
- Op het kinderdagverblijf maken we gebruik van een plaskaart. Zodra het kind op de wc/potje heeft geplast en/of ontlasting heeft gehad mag het een sticker plakken. Dit kunt u thuis ook maken en gebruiken. Onze ervaring is dat kinderen het erg bijzonder vinden om op deze manier beloont te worden.



Hieronder volgen een aantal aandachtspunten tijdens de start van de zindelijkheid thuis:

- Doe het kind makkelijk zittende kleding aan. Geen kleding met riemen, bretels, moeilijke knopen, etc.
- Neem uw kind eens per half uur mee naar het toilet en laat het op de brilverkleiner of het potje zitten. Vertel wat je van hem of haar verwacht en laat hem/haar dan even met rust.
- Doet uw kind iets in het potje, hoe weinig dan ook, dan is het belangrijk dat u uw kind goed beloont. Klap in uw handen en geef uw kind een knuffel. Ook de plaskaart kan hier gebruikt worden, stickers plakken.
- Neem het kind mee naar het toilet wanneer u zelf gaat. Jonge kinderen imiteren graag het gedrag van volwassenen.
- Als het kind in de broek heeft geplast stel het kind gerust. Schenk er niet veel aandacht aan. Verschoon het kind, blijf rustig, praat niet teveel en zeg dat het kind weer kan gaan spelen.
- Laat jongens ook op de wc zitten. Als ze beginnen met staand plassen willen ze niet meer gaan zitten op de wc en zullen zij later minder snel de rust kunnen vinden om ontlasting te hebben.
- Als meisjes hun billen af vegen na ontlasting, is het de beste manier om dat van voor naar achter te doen. Zo kunnen infecties voorkomen worden.

Utrechtseweg 131, Oosterbeek | 026-3342353 | **Postadres:** Petronellaweg 5, 6871 EV Renkum

IBAN: NL14 INGB 0007 7439 57 | Kamer van koophandel: 09066434

Landelijk register kinderopvang: KDV: 28 10 32 026 | BSO: 23 07 78 586

Ons advies is wanneer u eenmaal officieel begonnen bent met de zindelijkheidsstraining van uw kind, dit dan ook echt probeert door te zetten. In de praktijk krijgen wij geregeld te horen dat ouders voor allerlei activiteiten (met name) buitenshuis hun kind toch weer “even” een luier om doen.

U moet zich voorstellen dat een kind wat bezig is met zindelijk worden in de regel niet eerst zal nadenken voordat hij een plas doet. Hij/zij is nog gewend om een luier om te hebben en zal dus niet de behoefte voelen om actie te ondernemen op het moment dat het een plas voelt komen. Dit met het gevolg dat een kind, zeker de eerste dagen, veel ongelukjes (natte/vieze onderbroeken) zal hebben. Wanneer een kind dan op een dag weer een luier om krijgt zal het proces van zindelijk worden ernstig vertraagd kunnen worden. Wij raden aan om het minimaal een week te proberen.

De dag van starten op het kinderdagverblijf:

- Wij zien graag dat uw kind zonder luier het kinderdagverblijf binnen komt. Hij /zij heeft een onderbroekje aan en makkelijk zittende kleding.
- Zorg voor voldoende verschooning in de tas die meegaat naar het kinderdagverblijf. Denk aan onderbroekjes en broeken, maar ook zeker aan shirts en sokken.
- Vertel aan de pedagogisch medewerkers wanneer het kind voor het laatst heeft geplast en hoe het de afgelopen dagen is verlopen. De pedagogisch medewerker zal dit noteren en als volgt handelen: zij zal er voor zorgen dat het kind ieder half uur wordt mee genomen naar het toilet. We brengen dit heel luchtig: “Kom je mee, we gaan we naar de wc, zodat je even een plas kan doen. Heeft het kind een plas gedaan, dan mag het een sticker plakken. Heeft het niets gedaan dan laten we weten dat we het later nog eens proberen.
- Na ieder toiletbezoek zullen we het kind de handen laten wassen met water en zeep en goed afdrogen.
- We maken samen een plaskaart. Wanneer het kind een plas of poep heeft gedaan, mag het een sticker uit zoeken en opplakken. Wanneer een kind enkel al op de wc of op het potje is gaan zitten verdient het ook een sticker.

In de praktijk is gebleken dat kinderen over het algemeen na ongeveer een week, wat plassen betreft, volledig zindelijk zijn (op misschien nog kleine ongelukjes na). Wat ontlasting betreft is dit een ander verhaal. De meeste kinderen vinden het moeilijk om geduldig te gaan zitten wachten op het toilet totdat de ontlasting komt. Ze willen zo graag weer verder spelen. Het is een kwestie van tijd, geduld en oefening om dit stadium door te komen.

In deze fase gebeurt het geregeld dat wanneer het kind een luier om krijgt om te gaan slapen de ontlasting dan in de luier doet. Maakt u zich geen zorgen, dit is normaal gedrag. Verschoon het kind en schenk er niet veel aandacht aan.

Utrechtseweg 131, Oosterbeek | 026-3342353 | **Postadres:** Petronellaweg 5, 6871 EV Renkum

IBAN: NL14 INGB 0007 7439 57 | Kamer van koophandel: 09066434

Landelijk register kinderopvang: KDV: 28 10 32 026 | BSO: 23 07 78 586

Tips om ongelukjes te voorkomen

- Zorg dat het kind het potje of de wc makkelijk kan bereiken. Zet eventueel tijdens het buiten spelen buiten een potje neer.
- Laat je kind eerst plassen voordat je de deur uit gaat.
- Laat de luier 's nachts aan, totdat het kind regelmatig een wat drogere luier heeft 's ochtends.
- Laat je kind voor het naar bed gaan plassen.
- Vertel het kind wanneer het een luier om krijgt voor het slapen, dat het na het slapen weer af gaat. Doe direct na het slapen de luier af.

We hopen dat u voldoende heeft aan bovenstaande informatie om vol goede moed aan de zindelijkheidstraining van uw kind te starten.

Wanneer u vragen heeft stel ze gerust aan één van de pedagogisch medewerkers.

Wij wensen u samen heel veel succes en vooral heel veel plezier in deze nieuwe fase, want wat is er nou leuker dan een applaus krijgen als je op de wc hebt gezeten.

Groet, de pedagogisch medewerkers van De Groene Weide

Utrechtseweg 131, Oosterbeek | 026-3342353 | **Postadres:** Petronellaweg 5, 6871 EV Renkum

IBAN: NL14 INGB 0007 7439 57 | Kamer van koophandel: 09066434

Landelijk register kinderopvang: KDV: 28 10 32 026 | BSO: 23 07 78 586

www.degroeneweide.org