

Protocol Zindelijkheid Kindcentrum Kloosterzande (versie 6.0 jan. 2022)

In dit protocol willen we beschrijven hoe we binnen Kindcentrum Kloosterzande staan tegenover zindelijkheid van onze kinderen.

We spreken de verwachting uit dat kinderen zindelijk zijn als ze in groep 1 starten. In groep 1-2 zijn we er niet op ingericht om kinderen regelmatig te kunnen verschonen (vooral niet in het geval van een “grote boodschap”).

Zindelijkheid kinderdagverblijf

Op het kinderdagverblijf laten we de kinderen spelenderwijs kennis maken met het potje. Zodra kinderen kunnen lopen of ze op het potje willen zitten, bieden we een potje aan en maken dit leuk door samen een boekje te lezen. Dit doen we 's morgens na het fruit eten.

Kinderen die regelmatig iets op de pot doen stimuleren we door hen vaker op de pot te zetten. Denk dan aan voor en na het slapen.

Ze krijgen als beloning een sticker en mogen die opplakken op de stickerkaart die ophangt bij de commode.

We overleggen regelmatig met de ouders over de zindelijkheid bij de haal en brengmomenten. We proberen de gewoontes vanuit thuis zoveel mogelijk gelijk te houden met het kinderdagverblijf.

Als ouders thuis zijn gestart met zindelijk training en de kinderen hierbij geen luier meer dragen, stimuleren wij dit door dit door hier op aan te sluiten op het kinderdagverblijf.

1 keer per jaar besteden we aandacht aan de zindelijkheidstraining in de nieuwsbrief.

Zindelijkheid Peutergroep

Kinderen worden eerst klokzindelijk gemaakt. Zij wennen op deze manier aan het op vaste momenten naar de wc te gaan. Uiteindelijk dienen kinderen dit zelf aan te geven.

Vanaf half 10 neemt een leidster twee peuters mee naar de wc die qua zindelijkheid op hetzelfde niveau zitten. Indien nodig gaat het kind naar de wc samen met iemand die verder is in zijn ontwikkeling om het kind te stimuleren. Wanneer de ontwikkeling achter loopt of wanneer ouders advies vragen dan praten wij daarover en geven wij eventueel tips en aanwijzingen. In alle gevallen geldt, dat het initiatief zoveel mogelijk bij het kind moet liggen en dat wij niets forceren en wel in de gaten houden. Voordat wij naar buiten gaan(om half 12), vragen wij aan de kinderen of ze nog een toiletbezoek willen brengen of herinneren wij ze eraan. Na het toiletmoment wassen we de handen met de kinderen. In geval van achterlopen in de ontwikkeling, wijzen wij de ouders erop, dat het kind zindelijk moet zijn zodra het naar de basisschool gaat.

Als een kind op 3 jaar en 6 maanden nog niet zindelijk is overdag gaan pedagogisch medewerkers hierover in gesprek met ouders. Ouder(s)/verzorger(s) dienen actie te ondernemen. De verantwoordelijkheid voor de zindelijkheidstraining ligt bij de ouder(s)/verzorger(s). De school/PSZ kan hierbij ondersteunen. Ook de GGD kan, indien gewenst, ouder(s)/verzorger(s) hierin adviseren. De Tripple P folder kan gebruikt worden (zie bijlage) als handreiking.

Voor meer informatie verwijzen wij u naar specifieke uitwerkingen binnen het protocol van het Poppeke en Foxkidz.

Zindelijkheid basisschool

Tijdens het intakegesprek wordt er gevraagd naar zindelijkheid en welke acties eventueel ondernomen zijn door ouders.

Wanneer de kinderen binnen de schoolomgeving komen verwachten we dat ze zindelijk zijn. Dit houdt in dat ieder kind geheel zelfstandig naar de wc kan gaan. Indien kinderen nog niet zindelijk zijn,

gaan wij met ouder(s)/verzorger(s) in overleg hoe de instroom op onze school opgepakt gaat worden. Mogelijk wordt de start op school uitgesteld. Pas als het kind overdag zindelijk is, kan het de gehele dag naar school. Met uitzondering van uitgestelde zindelijkheid door medische oorzaken. In dat geval kunnen wij met u duidelijk afspraken maken over het verschonen. We zullen daar uw hulp bij nodig hebben aangezien het voor een leerkracht onverantwoord is om een hele groep kleuters alleen te laten om uw zoon/dochter te verschonen.

Afspraken die gemaakt kunnen worden tussen ontwikkelteam basisschool en ouder(s)/verzorger(s) bij problemen met zindelijkheid:

- Tijdelijk niet naar school, totdat de leerling zindelijk is.
- Halve dagen naar school, indien we zien dat de 'ongelukjes' vooral in de middag plaatsvinden.
- Ouder(s)/verzorger(s) zijn beschikbaar om het kind te komen verschonen of hiervoor een vervanger te regelen. Ouder(s)/verzorger(s) dienen gedurende de gehele schooldag telefonisch bereikbaar te zijn voor de school.
- Er wordt van ouder(s)/verzorger(s) maximale inspanning gevraagd om de zindelijkheid te trainen.

Het kan voorkomen dat een leerling incidenteel een ongelukje heeft, zeker bij de start in een kleutergroep waarbij alles nieuw is en er veel indrukken verwerkt moeten worden.

Geef, indien nodig, uw kind altijd schone kleding mee, ook sokken en een tas waar de bevuilde kleding in kan.

Zindelijk worden

Zoals de meeste ouders, kijk je waarschijnlijk uit naar de dag dat je kind zonder luiers kan. Je kind helpen om zindelijk te worden is een hele opgave, vooral wanneer familie, vrienden, buren en boeken verschillende adviezen geven. Doe rustig aan. Je kind zal het potje leren gebruiken als het er aan toe is. Deze folder geeft suggesties hoe je kunt beginnen om je peuter zindelijk te maken.

Tussen ongeveer 2½ en 4 jaar zijn de meeste kinderen in staat om de hele dag droog te blijven en de meesten zijn als ze 8 jaar zijn ook 's nachts droog. Haast je niet met het zindelijk maken van je kind. Je kunt een kind niet dwingen om op het potje te plassen. Kinderen die weigeren om op het potje of de wc te zitten, zijn er nog niet klaar voor om zindelijk te worden. Plagen of straffen van je kind zal niet helpen.

WANNEER IS EEN KIND ER AAN TOE OM ZINDELIG TE WORDEN?

Kinderen zijn er aan toe om zindelijk te worden, als ze:

- Zeggen dat ze nat zijn of een vieze broek hebben of naar de wc willen
- Wachten als de plas komt of zich bewust worden van de aandrang om te plassen of poepen
- Belangstelling krijgen voor de wc – of laten merken dat ze de natte of vieze luier niet prettig meer vinden
- Zich kunnen uitkleden – of in ieder geval hun onderbroekje naar beneden kunnen doen

Andere signalen die erop wijzen dat de tijd rijp is, zijn: vaker een doorweekte dan een vochtige luier, langer droog blijven, een regelmatige ontlasting en goed gezond zijn. Begin niet met zindelijkheidsstraining als je kind zich niet lekker voelt of ziek is.

HOE LANG DUURT HET OM ZINDELIG TE WORDEN?

Het kost tijd voor je kind heeft geleerd om zelfstandig naar de wc te gaan. Als je met de zindelijkheidsstraining bent begonnen, kan het 3 á 4 weken duren voordat je kind grotendeels droog blijft. Sommige kinderen doen er een paar maanden over. Veel kinderen zijn soms een jaar later nog wel eens nat of kunnen een vieze broek hebben. Elk kind is anders. Maak je geen zorgen als jouw kind sneller of langzamer

is dan de rest.

Het is makkelijker om op het potje te leren plassen dan te poepen. Veel kinderen die overdag droog zijn, wachten tot ze een luier om hebben voordat ze gaan poepen. Dit is normaal en geen reden om je zorgen te maken. Als je kind naar een kinderdagverblijf gaat, kijk dan welke methode van zindelijkheidsstraining door de leidster van je kind wordt gebruikt. Leg je eigen aanpak uit en werk samen.

JE KIND VOORBEREIDEN OP HET ZINDELIG WORDEN

Ontdek het patroon van je kind.

Noteer per dag op welke tijden je kind plast of poept. Je kunt met de zindelijkheidsstraining beginnen door je kind op deze tijden op het potje te laten zitten. Je kind zal snel leren om het gevoel van een volle blaas of de druk van ontlasting in verband te brengen met het potje. Als kinderen geen regelmatig patroon laten zien, of vaak een natte luier hebben, zijn ze waarschijnlijk nog niet klaar om zindelijk te worden.



Zorg dat alles klaar is

Je kind zindelijk maken kan zowel op het potje als op de wc. Zorg dat je een bril verkleiner hebt, als je de wc gebruikt. Je kind hoeft dan niet bang te zijn om in de wc te vallen. Zorg ook voor een voetensteuntje.

Bereid je kind erop voor.

Hier zijn enkele tips om je kind voor te bereiden op het zindelijk worden:

- Gebruik alleen nog een luier als je kind slaapt. Luiers geven je kind het idee dat ze op elk moment en overal mogen plassen of poepen.
- Doe je kind een onderbroekje aan. Het gevoel van een natte broek helpt je kind beseffen wanneer ze nat zijn. Een speciaal oefenbroekje kan soms ook handig zijn.
- Doe je kind loszittende kleding aan. Kleren zonder bretels en knopen zijn voor kinderen eenvoudiger om aan en uit te trekken. Dit maakt het makkelijker om zonder hulp naar de wc te gaan.
- Praat met je kind over het potje, zeg waar het voor bedoeld is en laat je kind er mee spelen en op zitten.
- Leren doe je ook door te kijken hoe anderen iets doen. Neem je kind mee als je zelf naar de wc gaat. Laat zien welke dingen je doet als je naar het toilet gaat. Vertel je kind wat je doet.

HOE LEER JE EEN KIND DE WC TE GEBRUIKEN?

Kies een geschikte dag om te beginnen.

Jij als ouder moet er ook klaar voor zijn om met de zindelijkheidsstraining te beginnen. Dit betekent dat je consequent moet zijn en elke dag je kind op het potje moet laten zitten. Je kunt het niet de ene dag wel doen

en de andere dag niet. Houd thuis een halve dag vrij om met de zindelijkheidsstraining te starten. Het beste moment om te beginnen is als je gezin uitgerust en ontspannen is.

▼ Vertel hoe je de wc gebruikt

Vertel je kind welke stappen hij moet volgen om naar de wc te gaan. Dat kan er zo uitzien:

- Zeg aan mama of papa dat je nodig moet
- Ga naar de wc
- Doe je broek uit
- Ga op de wc zitten
- Probeer een plasje of poepje te doen
- Veeg je billen af (of vraag hulp bij het afvegen)
- Spoel de WC door
- Was je handen

▼ Geef je kind voldoende te drinken.

Zorg er voor dat je kind ruim voldoende drinkt. Op de eerste dag van de zindelijkheidsstraining, kun je zorgen voor extra drinken. Dat vergroot de kans dat je kind naar de wc wil. Dwing je kind niet om meer te drinken dan hij wil. Zorg voor een zachte ontlasting bij je kind door hem voldoende fruit en voeding met vezels te geven.

▼ Vraag je kind of hij naar de wc moet.

Als je kind niet zegt wanneer hij naar de wc moet, vraag het dan zelf af en toe. Let op signalen dat je kind moet plassen, zoals de benen kruisen, een andere gezichtsuitdrukking krijgen of zich inspannen om te poepen. Herinner je kind aan de stappen die hij moet volgen om naar de wc of het potje te gaan.

▼ Moedig je kind aan om op de wc te gaan zitten.

Als je denkt dat je kind nodig moet, zet hem dan 3 tot 5 minuten op de wc.

Je kunt dit het beste doen:

- Als signalen erop wijzen dat je kind nodig moet
- 's Ochtends na het wakker worden
- Na het eten.
- Voordat je weggaat.
- Als je thuiskomt.

Dwing je kind niet om op het potje of de wc te blijven zitten. Als je kind niet wil, laat het dan zo. Je laat je kind gewoon de stappen zien zodat hij die kan volgen als hij er klaar voor is. Als je kind regelmatig op het potje zit, rustig blijft zitten en wordt aangemoedigd, zal hij op den duur iets erop doen. Beloon je kind als hij of zij het goed doet. Geef je kind de tijd om te bewonderen wat hij op het potje heeft gedaan en te genieten van jouw aandacht. Help je kind herinneren om het daarna door de wc te spoelen.

Wacht tenminste twee uur voordat je je kind weer op het potje zet, behalve als hij dat zelf eerder wil.

Als je kind 3 tot 5 minuten op het potje zit (ook al gebeurt er niets) geef dan wel een complimentje voor het rustig blijven zitten. Laat je kind daarna verder gaan met spelen.

▼ Leren handen wassen.

Het is belangrijk dat je kind op een jonge leeftijd al goede hygiëne leert. Vertel hem dat hij elke keer dat hij op het potje of de wc geweest is zijn handen moet wassen. Herinner hem eraan als hij het vergeet en help hem zonnodig. Prijs hem als hij het goed doet.

▼ Moedig goed gedrag aan.

Prijs je kind voor elke stap die hij uitvoert en elke vordering die is gemaakt en natuurlijk als ze hebben geplast of gepoept op de wc of het potje. Vertel je kind wat hij goed heeft gedaan – *Martin, wat goed dat je het zegt als je naar de wc moet.* Je kunt je kind belonen met een speciale activiteit, zoals een verhaaltje voorlezen of naar een favoriete persoon bellen of andere beloningen zoals stickers of stempels.

▼ Blijf rustig als je kind een keer nat of vies is.

Als je kind toevallig een keer nat is of een vieze broek heeft, zeg dan rustig zoiets als – *Oeps, je bent nat. Laten we droge kleren aandoen.* Ga naar de badkamer en help je kind bij het verschonen. Blijf rustig en straf je kind niet. Praat niet te veel en maak het niet te gezellig tijdens het verschonen. Herinner je kind een paar minuten na het verschonen aan de stappen om op het potje te plassen.

TIPS VOOR JONGENS EN MEISJES

Als je jongens op de wc leert plassen, is

het handig ze eerst te leren te gaan zitten. Als ze beginnen met staand plassen, willen ze misschien niet op het toilet zitten. Natuurlijk is het grappig om de achterkant van het toilet te besproeien en geluid te maken met de straal. Als je geleerd hebt op de wc te gaan zitten, vind je het misschien leuk als papa of een oudere broer (indien aanwezig) je kind laat zien hoe je kan plassen als je staat. Als je meisjes leert om hun billen af te veegen nadat ze gepoept hebben, is de beste manier om dat van voor naar achter te doen. Zo kun je infecties voorkomen.

TIPS OM ONGELUKJES TE VOORKOMEN

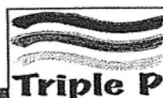
Zindelijk worden is een leerproces. Regelmatig zijn er momenten dat een kind per ongeluk een natte of vieze broek heeft. Soms plast een kind in zijn broek terwijl hij net naar de wc is geweest. Soms doen ze eerst iets op de wc en de rest in hun broek. Dit is normaal en laat zien dat je op tijd je kind op de wc hebt gezet en dat hij het begint te leren.

Hier zijn nog enkele tips om ongelukjes te voorkomen:

- Zorg dat je kind het potje of de wc makkelijk kan bereiken.
- Vraag je kind of hij naar de wc moet als hij lang aan het spelen is
- Laat je kind ook eerst plassen voordat je weggaat.
- Moedig je kind aan om ook buitenshuis naar de wc te gaan.
- Laat de luiers 's nachts aan totdat je kind regelmatig een nacht droog blijft.
- Vraag je kind op het potje te zitten voordat hij naar bed gaat.

Kinderen kunnen per ongeluk hun broek nat of vies maken als ze ziek zijn of als hun dagelijkse routine is verstoord. Bijzondere gebeurtenissen zoals tijdelijk van je ouders gescheiden zijn, de geboorte van een nieuwe baby of een verhuizing kunnen het ritme van een kind verstoren en stress geven. Als dit het geval is, stop dan tijdelijk met de zindelijkheidsstraining. Begin opnieuw met je kind op het potje of de wc te zetten als alles weer normaal is.

Als je kind de stappen kent, wacht dan met een beloning geven totdat hij een paar stappen goed heeft gedaan. Stop met steeds complimentjes te geven, als je kind alle stappen goed uitvoert. Geef alleen van





tijd tot tijd nog een compliment voor het goed uitvoeren van de stappen om op het potje te plassen.

ANDERE SUGGESTIES

Om je kind de wc-stapjes aan te leren kun je ook de volgende suggestie eens proberen. Maak er een spelletje van: je kind kan een pop of een beertje leren om op de pot te gaan:

- Voer de stappen uit die de pop volgt als ze naar de wc moet.
- Beloon de pop voor het uitvoeren van de stappen.
- Laat daarna je kind doen alsof hij de pop is.
- Vraag je kind wat hij zou doen, bijvoorbeeld, *Wat doe als je naar de wc moet? Of Wat komt erna?*
- Wanneer je kind een stap niet kan herinneren help hem dan...

- Help, als dat nodig is, je kind om de volgende stap uit te voeren.
- Prijs je kind bij elke stap voor zijn medewerking en succes.

MEER INFORMATIE OF HULP NODIG? Heb je specifieke vragen of heb je bepaalde suggesties al uitgeprobeerd en blijf je bezorgd over de ontwikkeling en het gedrag van je kind, neem dan contact op met de instelling waar je deze folder hebt gekregen. Triple P is een ondersteuningsprogramma voor ouders dat is ontwikkeld aan de Universiteit van Queensland, Australië. Het wordt in Nederland verspreid en ondersteund door het Trimbos-instituut en NIZW Jeugd te Utrecht. Lokale instellingen op het gebied van jeugdgezondheidszorg, opvoedingsondersteuning, maatschappelijk werk, welzijn en onderwijs voeren het programma uit. De Nederlandse vertalingen zijn onder verantwoordelijkheid van Geraldien Blokland (NIZW) gedaan.

Written by Matthew R. Sanders, Karen M.T. Turner and Carol Markie-Dadds
Copyright © 2007 The University of Queensland (Nederlandse bewerking)
Herdruckt 2007, 2008, 2009. Gedrukt door Hang Tai Printing Co Ltd

AANDACHTSPUNTEN

- Denk er aan: leren om je behoefte op het potje te doen gebeurt pas wanneer je kind er aan toe is
 - Gebruik een potje of een wc met een kinderbril en een opstapje
 - Leg de stappen om naar de wc te gaan uit aan je kind
 - Moedig je kind aan om op de wc of het potje te zitten
 - Dring niet aan als je kind weigert om op de wc of het potje te gaan zitten
 - Prijs en beloon je kind voor het volgen van de stappen en voor elk klein succesje
 - Blijf rustig als je kind per ongeluk een natte of vieze broek heeft
 - Als het zindelijk maken niet soepel loopt, wacht dan een paar weken en probeer het opnieuw
-



Folder NCJ omtrent zindelijkheid.

<https://assets.ncj.nl/docs/f094987c-8a8c-4d41-8dfd-97b7f0595474.pdf>