

## Protocol zindelijkheidstraining

- Wanneer een kind zelf aangeeft bezig te zijn met het loslaten van het plassen en de ontlasting, gaan wij hier op in/door en proberen wij het kind op het potje of op de wc. te zetten.
- Elke verschoning laten we het kind even op de wc zitten. Als het kind een plas of zelfs een poep doet (eerst vaak een keer toevallig) dan mag het kind een sticker plakken op de achterkant van een plasdiploma. Aan het eind van de training krijgt het kind dan het diploma mee naar huis. Op de achterkant van het diploma zitten dan alle verzamelde stickers.
- In het begin van de wc-gang benoemen we duidelijk en concreet wat het kind gaat doen. "Nu kun je op de wc. of het potje gaan zitten:" (evt. kan je het wc. kraantje laten stromen om zo een plas op te wekken)  
Plassen of poepen Klaar..... (evt. billen afvegen, hierbij blijft het kind op de wc. zitten waarbij wij, als volwassene van voor naar achteren de billen afvegen, dit is erg belangrijk vooral bij meisje i.v.m. blaasontsteking, schimmels etc.)  
"Kom maar van de wc. af. Nu gaan we de plas/poep wegspoelen, druk maar op de knop." "Handen wassen en afdrogen. Klaar.. "  
"Jij mag een sticker gaan plakken. Goed hoor, super!!!!!"
- Als het kind steeds vaker een plas op de wc doet en we hebben het idee dat het kind toe is aan een volgende stap, dan zullen we de ouders vragen een aantal pyjamabroekjes, joggingbroekjes of leggings mee te geven. Kabouters heeft zelf enkele reserve leggings. De kinderen krijgen dan geen luier aan in de groep en alleen een legging of wijde pyjamabroek zodat het kind erg snel de broek uit kan doen om naar de wc te gaan.
- We willen er wel voor waken dat het niet te zwaar beladen wordt voor het kind. Hij/zij moet er plezier aan blijven houden en vervolgens super trots een sticker gaan plakken op het plasdiploma.



## Wat als een kind van ongeveer 3,5 jaar nog helemaal geen interesse heeft in de w.c. en niet zindelijk is voor het naar school gaat:

- Wanneer het kind het zelf nog niet aangeeft, gaan wij vanaf de leeftijd van ongeveer 2,5 jaar, tijdens het verschonen, proberen het kind te stimuleren om een keer naar de wc. te gaan. We praten erover en noemen de namen van de kinderen die wel naar de wc. gaan.
- We stimuleren door het kind opmerkzaam te maken op leeftijdsgenootjes die ook naar de wc. gaan en door het andere kind met woorden te belonen; "wat knap van jou dat jij naar de wc. gaat en probeert om een "plas" of "poep" te doen op de wc". Het kind dat nog niet zindelijk is wil vaak ook zo "goed" zijn en hierdoor zal het kind minder problemen hebben met het "op de wc zitten".
- Wanneer het kind 3 jaar is geweest en nog niet zindelijk gaan we het kind met regelmaat, elk half uur, op de w.c. Als het kind dan tussendoor plast, mag het kind een sticker plakken en laten we de luier uit. Op die manier kunnen ze het loslaten van de "plas" beter voelen. Als we gaan wandelen of als het kind gaat slapen doen we de luier aan.
- Per dagdeel (ochtend óf middag) mag het twee keer "mis" gaan. Bij drie keer nat, krijgt het kind de luier weer aan en proberen we het een week later weer. Wij hanteren dit, om tijdens de training niet te veel negatieve momenten te laten ontstaan. Steeds een natte broek demotiveert het kind.
- **Tips :**
  - Ga niet starten met trainen als het kind zelf nog niet aangeeft dat er interesse is in plassen en poepen. De training duurt het kortst als het kind er aan toe is. Als u te vroeg start is het interessante ook van "de wc" af en mist u de extra stimulans van die nieuwsgierigheid.
  - Samen nieuwe onderbroeken uitzoeken wanneer het kind "echt" zindelijk is. Of samen pyjamabroekjes kopen om zonder luier te kunnen oefenen. Dit ook duidelijk benoemen als een beloning.
  - Probeer uw kind na het drinken goed in de gaten te houden en ongeveer een half uur later te stimuleren om naar de wc te gaan.
  - Maak er vooral geen "strijd" van. Wanneer het kind er aan toe is, is hij/zij vaak binnen een week zindelijk. Als uw kind er aan toe is duurt het meestal niet veel langer dan dat.