

Zindelijkheid

Beste ouders/verzorgers,

Tijdens de peuterperiode bij CompaNanny zal je kind hoogstwaarschijnlijk zindelijk worden. Zindelijkheid is niet specifiek aan een leeftijd te binden, het beste is om te wachten tot je ziet dat het kind er aan toe is. Forceren werkt averechts en kan er juist voor zorgen dat het zindelijk worden langer gaat duren. Allereerst moet het lichaam van een kind namelijk in staat zijn ontlasting op te houden. De blaas moet groot genoeg zijn en de sluitspier moet voldoende ontwikkeld zijn; dit merk je aan een luier die langer droog blijft.

De volgende signalen kun je waarnemen en geven aan dat een kind lichamelijk en mentaal klaar is voor zindelijkheid:

- Het kind wordt zich bewust van zijn ontlasting
- Het kind weet dat hij iets in zijn luier heeft gedaan
- Het kind begint een zekere vorm van afkeer voor poep te ontwikkelen
- Het kind begint duidelijk interesse te tonen in de WC

Zindelijk worden moet voor kinderen vooral een leuk proces zijn. Het is daarbij belangrijk dat een kind de tijd krijgt en rustig geïntroduceerd wordt met het potje of een brilverkleiner op de WC. Als er uitgelegd wordt aan kinderen waar het voor dient, zal uiteindelijk de nieuwsgierigheid geprikkeld worden en zullen ze zo het potje of de WC willen uitproberen. Hoe het kind nieuwsgierig te krijgen voor zindelijkheid?

- Lees met je kind boekjes voor over zindelijkheid (*Het grote billenboek-Guido van Genechten, Bobbi op het potje-Ingeborg Bijlsma, Potje-Mylo Freeman, He wie zit er op de WC-Harmen van Straten*).
- Laat je kind thuis zien waar de WC is en laat je kind eens meekijken als jij zelf naar de WC gaat. Misschien vindt je kind het leuk om door te spoelen of een nieuwe WC rol op te hangen?
- Zet het potje in de woonkamer zodat je kind hier kennis mee kan maken. Je kan met een pop of knuffel voordoen hoe het potje werkt.

Zindelijkheid start bij het initiatief van ouders

CompaNanny vindt het belangrijk dat ouders het initiatief nemen om de zindelijkheidsbegeleiding bij hun kind op te starten. Zodra dit aan de Nannies van de groep wordt aangegeven door de ouders, zullen de Nannies deze begeleiding op de dagen dat het kind bij CompaNanny is, voortzetten. Hierbij kan het soms zijn dat het thuis al heel goed gaat maar dat het op de groep nog lastig is voor het kind. De Nannies begeleiden dit proces rustig en forceren hier niks in. Voor het kind is het fijn wanneer de ouders en Nannies op één lijn zitten wat betreft de aanpak van de zindelijkheid (bijvoorbeeld wel of

geen luier overdag of tijdens het middagslaapje). Wanneer dit niet het geval is, kan het leiden tot verwarring en onzekerheid bij het kind.

Makkelijke kleding, ongelukjes en zelf afvegen

Bij CompaNanny zijn kinderen druk aan het spelen met elkaar. Daarom is het in de periode dat een kind zindelijk aan het worden is erg prettig om makkelijke kleding (zoals een onderbroek en een hemd) en luierbroekjes te dragen. Dan kan een kind de luier meteen uittrekken als het naar de WC moet. Mocht het kind toch een 'ongelukje' overkomen, dan zal het kind hiervoor uiteraard nooit gestraft worden bij CompaNanny. Het is voor het kind al vervelend genoeg.

Het is goed om in de gaten te houden of een kind dat bijna 4 jaar wordt zijn eigen billen kan afvegen (bij ontlasting). Dit wordt op de basisschool niet gedaan door de juf! Vanaf 3,5 jaar kunnen de ouders en Nannies dit met elkaar bespreken en bekijken of het zowel thuis als bij CompaNanny gestimuleerd moet worden, door het kind dit in 1^e instantie zelf te laten doen en dan na te veegen.

Kun je wel wat hulp gebruiken bij het proces van zindelijkheid bij je kind? Ga dan eens naar <https://toddycares.com/pages/zindelijkheid>. Hier vind je een pakket en een app met mooie tips hoe je aan je kind kan herkennen dat hij klaar is voor het potje, praktische tips over wat je in huis moet hebben en hoe je dit hele proces in goede banen kan leiden.

Mocht je hier vragen over hebben, dan ben je van harte welkom om deze te stellen aan de Nannies.

Met vriendelijke groeten,

CompaNanny