Zindelijkheid
Net als met leren lopen en praten wordt ieder kind in zijn eigen tempo zindelijk. Te vroeg actief en tegen de zin van een kind begeleiden naar zindelijkheid is niet zinvol. De kans op succes is klein en de kans op problematiek is aanwezig. Een voorwaarde voor het succesvol starten met het begeleiden naar zindelijkheid is dat een kind er lichamelijk en emotioneel klaar voor is en dat een kind interesse toont in het zindelijk worden. Belangrijk is dat het zindelijk worden een plezierige ervaring voor het kind is. Plezier is immers een voorwaarde om je te kunnen ontwikkelen.

Om de ontwikkeling van een kind optimaal te ondersteunen is de afstemming en samenwerking tussen en pedagogisch medewerkers ouders cruciaal. Bespreek met elkaar het begeleiden van een kind op weg naar zelfstandigheid en zindelijkheid, van het verzorgen op de commode tot het zelfstandig naar de wc gaan zodat jullie jouw kind hier pedagogisch gezamenlijk bij kunnen begeleiden en ondersteunen in een concrete handelswijze.

Aandachtige verzorging als begin
Binnen de kindcentra van SKDH werken de pedagogisch medewerkers volgens de respectvolle verzorging van Emmi Pikler: ‘Tijdens de verzorging staat het kind open voor contact. Handelingen van wassen, verschonen en omkleden zijn intiem en voelen kwetsbaar aan. Ze kunnen een kind overkomen en een gevoel van afhankelijkheid of hulploosheid geven. Als het kind zich kan voorbereiden op de handelingen, ze verwacht en begrijpt, eraan deel kan nemen, dan stimuleert dat de ontwikkeling van het brein op alle ontwikkelingsniveaus tegelijk. Door een kind langzaam en in samenwerking met hem te verzorgen, geef je boodschappen en ervaringen die hem vormen (Brul et al., 2018, p. 38)’.

Het verschonen van kinderen doen we in 8 stappen:
1. Aandacht zoeken en contact maken met het kind.
2. Vertellen wat je van plan bent.
3. Het kind uitnodigen mee te gaan (of een baby optillen).
4. Wachten op reactie, laten zien wat je gebruikt, zoveel mogelijk zelf laten doen.
5. Medewerking van het kind vragen.
6. Ingaan op de acties/initiatieven van het kind.
7. Afronden van de handeling/verzorgingsmoment.
8. Vertellen dat het kind zelf verder gaat: weer kan gaan spelen, naar bed gaat of een andere volgende activiteit in het dagritme.

Door op deze aandachtige manier kinderen te verschonen, ondersteunen we de autonomie en versterken we de eigenwaarde van een kind. Op deze manier leggen we de basis voor de begeleiding naar zindelijkheid op latere leeftijd.

Staand verschonen
Het eerste levensjaar verzorgen de pedagogisch medewerkers kinderen op een commode. Wanneer een kind zelfstandig, stabiel kan staan kan er staand worden verschoond. Staand verschonen kan voor een kind prettig zijn. Een kind ervaart letterlijk meer bewegingsvrijheid en krijgt hierdoor beter de mogelijkheid om zelfstandig handelingen uit te voeren. Denk hierbij aan het uittrekken van de broek, het schoonvegen van de billen met een doekje et cetera. De pedagogische medewerker zit op een krukje voor het kind.

Tijdens het (staand) verschonen kan de pedagogische medewerker het kind aanbieden om naar de toilet/op het potje te gaan. Doe dit we op een ontspannen manier, zonder verwachting. Wanneer we vragen: ‘Wil je naar de wc?’ en het kind zegt ‘Nee’ respecteren wij dit. Voor nu is het kind er dan nog niet aan toe. Gedurende de dag, tijdens een ander verschoon/toilet moment zou je het nog eens kunnen vragen. Kinderen leren het meest van en met elkaar. Een gezamenlijke toilet ronde kan dan ook waardevol zijn omdat kinderen elkaar kunnen imiteren. Zie je aan de gedragingen van je kind dat het moet plassen maar wil hij zijn spel niet loslaten? Dan kun je een verklarende ik-boodschap geven:

‘Ik zie je wiebelen met je benen, ga gauw plassen dan pas ik op je auto/ pop /fiets et cetera’.

Vergeet de stickers
Binnen SKDH wordt er niet gewerkt met beloningssystemen zoals het geven van een sticker als een kind naar de wc is gegaan. Dit omdat wij het belangrijk vinden dat vooral de inspanning van kinderen wordt geprezen, niet het resultaat. Bij het geven van stickers ligt de focus op het resultaat. Een sticker suggereert namelijk dat je als kind ook kunt falen. Wij laten het plassen en poepen een zo normaal mogelijk proces zijn, zonder beloning, zonder extra druk. De uiteindelijke beloning is dat een kind vertrouwen krijgt in zijn eigen lichaam. Afhankelijk waar een kind in zijn of haar proces van zindelijkheid zit kun je er wel kiezen om een (non)verbale boodschap te geven zoals een duim omhoog steken of “top dat je het geprobeerd hebt”.

(Per)ongeluk
(Per)ongelukjes doen zich voor als een kind in principe zindelijk is, en als het een keertje misgaat. Regelmatig zien we dat kinderen zó in hun spel opgaan, dat ze vergeten te plassen. Ook kunnen kinderen soms denken dat ze andere (belangrijkere) bezigheden hebben dan plassen, waardoor ze zéggen dat ze niet hoeven, terwijl ze wel degelijk moeten. Wij helpen de kinderen dan eraan herinneren dat ze ook nog moeten plassen, en begeleiden ze naar de toilet.

Wanneer (per)ongelukjes zó structureel worden dat het lijkt alsof een kind weer helemaal onzindelijk is geworden, spreek je van een (tijdelijke) terugval of regressie. Dit is een normaal onderdeel van het proces om zindelijk te worden en komt vaak voor.

Een terugval kan verschillende oorzaken hebben. Denk aan:
- Ziekte.
- Een uitgesproken temperament.
- Te veel dwang om zindelijk te worden.
- Nog niet handig genoeg om de kleren snel uit te trekken.
- Vervelende ervaringen (WC onvindbaar, per ongeluk opgesloten, angst bij vreemden, etc.);
- Stressvolle gebeurtenissen zoals echtscheiding, overlijdensgevallen, verhuizing, nieuw broertje of zusje, of voor het eerst naar school.

Wat kun je doen? Het is in ieder geval belangrijk om rustig blijven en niet gefrustreerd te raken, omdat dat extra druk op het kind legt. Het beste is om zo'n tijdelijke terugval te accepteren, meestal gaat het vanzelf over. Bespreek met de pedagogisch medewerkers wat de oorzaak van het gedrag zou kunnen zijn en of jullie daar met elkaar op in kunnen steken om het kind te ondersteunen. Bijvoorbeeld ontspannener omgaan met het proces van zindelijk worden (en de (per)ongelukjes), makkelijker kleding aantrekken of ondersteuning van de sociaal- emotionele veiligheid en het zelfvertrouwen. Stem jullie handelen zo veel mogelijk met elkaar af. Dit helpt het kind op alle fronten. Structuur en regelmaat kunnen helpen om regressie te voorkomen en te verhelpen (denk aan vaste verschoon/toiletmomenten gedurende de dag). Wanneer een kind 3 keer op een dag een (per)ongeluk heeft gehad raden wij aan om samen met je kind te zoeken naar een oplossing. Dit om de druk bij het kind weg te halen. Bespreek met je kind wat hij zelf prettig vindt: ‘Je hebt vandaag drie keer in je broek geplast[1], wat kunnen we doen om het voor jou prettiger te maken? Ik kan je vaker helpen herinneren, dan vraag ik vaker of je moet plassen of je kunt een luier(broek) dragen. Heb je zelf nog ideeën’. Het omdoen van eventueel een luier(broek) is dan een voorstel, het kind behoudt autonomie en de eigenwaarde wordt zo ondersteund.

[1] Benoem wat je ziet: ‘Er zit plas/poep in je onderbroek’ of ‘Je kleren zijn nat geworden omdat je hebt geplast’ i.p.v. ‘Je hebt een ongeluk gehad’.

Let op - Wees altijd alert voor medische oorzaken. Weer gaan broekplassen kan bijvoorbeeld ook veroorzaakt worden door een urineweginfectie. En als een kind dat eerst zindelijk was weer gaat broekpoepen, kan er sprake zijn van obstipatie (met overloopdiarree).

Met vragen en voor meer inspiratie kun je altijd terecht bij de pedagogisch medewerkers van de groep of Team Pedagogiek van SKDH.

Bronvermelding

Brul, N., Duine, R., Huisman, A., Janssen, H., Mulder, J., Tromp G., & De Vries L.(2018). *De ongekende mogelijkheden van een nul jarige,* Wageningen: Emmi Pikler Stichting Nederland.