

# OP HET POTJE

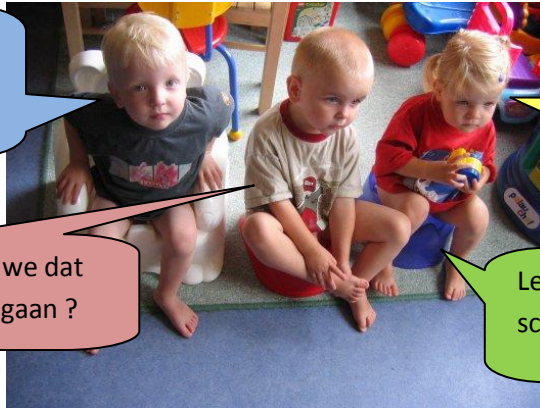


Binnenkort mag ik naar school : moet ik dan al zindelijk zijn?

Vanaf wanneer moet ik beginnen oefenen op het potje ?

He mama : hoe pakken we dat aan, op het potje leren gaan ?

Leer ik het allemaal op school ? Of thuis ?



## Wanneer beginnen met de zindelijkheidstraining?

Als je kind...

- er lichamelijk aan toe is
- het gevoel herkent dat het moet plassen
- zelf aangeeft dat hij aan het potje toe is
- een natte luier (pamper) vervelend vindt
- langer droog blijft
- interesse krijgt in het toilet en wat daar gebeurt
- zich gaat afzonderen als het een plasje moet doen
- aangeeft dat het geplast heeft, bijv. door een handje op de luier te leggen
- ...

## Enkele tips :

- Maak je kind vertrouwd met het potje : laat het er bijv. mee spelen.
- Probeer je kind op het potje te zetten wanneer het normaal gezien een natte luier heeft. Zo bouw je een regelmaat op.
- Doe je peuter iets in het potje, hoe weinig ook : dan is het belangrijk dat je je peuter beloont.
- Word niet boos wanneer er weer niks in het potje ligt.
- Op de achterzijde van dit blad vindt u [een stappenplan](#) om hieraan te werken.

*Een peuter kan zindelijk worden **vanaf ongeveer 2 jaar**. Als uw peuter naar school gaat en nog niet helemaal zindelijk is, lukt het wel om **-samen met de school-** stap voor stap hieraan te werken.*

**DE SCHOOL KAN DIT NIET ALLEEN !**



# STAPPENPLAN



stap 1

- Peuters doen niets liever dan nadoen.
- Neem je peuter mee wanneer je zelf, wanneer broer of zus naar toilet moet.
- Zo gaat zij/hij meer begrijpen van het potje.

stap 2

- Maak je kindje vertrouwd met het potje.
- Laat het er mee spelen.
- Leg uit waarvoor het potje dient.

stap 3

- Zet je kindje niet te lang op het potje.
- Zet haar/hem op bepaalde, vaste tijdstippen op het potje.
- Bijvoorbeeld : elke keer na het eten.

stap 4

- Ook al is de boodschap nog zo klein, beloon je peuter !
- Probeer rustig te blijven wanneer er niks in het potje ligt.
- Maak je niet boos als het niet direct lukt, maar bemoedig je kind.

stap 5

- De lente of de zomer zijn ideaal om met de zindelijkheidstraining van start te gaan.
- Je kan je peuter in de blote billetjes laten rondlopen, laten spelen.
- Als er dan iets gebeurt, ervaart je peuter dit veel beter.



Om uw peuter zindelijk te leren worden is het belangrijk dat **school en gezin samenwerken !**

Lees ook de tips in het boek 'het ABC van baby tot kleuter' van Kind&Gezin !

## Hoe merk je dat je kind er klaar voor is ?

De meeste kinderen worden zindelijk tussen 2 en 4 jaar. Niet elk kind is er op hetzelfde moment klaar voor. Zet daarom je kind niet onder druk. Wacht een paar weken en probeer het nog eens ?  
Je kind geeft op bepaald moment zelf aan wanneer het aan het potje toe is.

Dat merk je hieraan :

- Je kindje blijft langere tijd droog.
- Je kleuter krijgt interesse in het naar toilet gaan van anderen.
- Zij/hij zondert zich af wanneer het een plasje moet doen.