



Vrij CLB Waas en Dender- vzw
Vrij Centrum voor Leerlingenbegeleiding

Maatschappelijke zetel: Ankerstraat 63 – 9100 Sint-Niklaas

Hoofdzetel

Ankerstraat 63 – 9100 Sint-Niklaas

Tel. 03 776 34 51 – Fax 03 776 54 39

E-mail: sint-niklaas@vclbwaasdender.be – website: www.vclbwaasdender.be

Zindelijkheidstraining op school

Wat is zindelijkheid?

In de literatuur bestaat er geen allesomvattende definitie van wat zindelijkheid inhoudt.

Een aantal verschillende definities zijn:

- de mogelijkheid om het plassen uit te stellen
- het gecontroleerd ledigen van de blaas op een daarvoor bestemde plaats
- hoogstens 1 ongelukje per maand
- ondergoed dragen, zich ontlasten op het toilet en minder dan 4 urineongelukjes per week en minder dan 3 stoelgangongelukjes per maand
- ouders leggen de grens meestal veel hoger: urine- en darmcontrole zowel overdag als 's nachts.

Ook bij een onderzoek bij kleuterleidsters blijkt dat er geen overeenstemming is over de term zindelijkheid. Wel is het zo dat de meerderheid het erover eens is dat kleuters een onderbroekje moeten dragen en zelf moeten aangeven wanneer ze moeten plassen en/of stoelgang maken.

In het kader van zindelijkheid op school zouden we de volgende definitie kunnen hanteren:

Een kind is zindelijk als het gedurende de dag een onderbroekje draagt, zelf naar het potje gaat en vervolgens plast of zijn drang aangeeft. Dit moet gebeuren zonder dat de ouder of opvoeder het kind eraan herinneren te moeten gaan plassen. Het kind heeft maximaal 1 ongelukje per dag. (bron: Zindelijkheid in de kleuterschool; Leeronderzoek 2007-2008, universiteit Antwerpen)

Zindelijkheid is een spontaan rijpingsproces, maar het kan wel beïnvloed worden door training.

Er is geen universeel aanvaarde leeftijd waarop men met zindelijkheidstraining kan beginnen en er bestaat eveneens een grote discussie rond de gewenste leeftijd waarop zindelijkheidstraining voltooid zou moeten zijn.

Gemiddeld stelt men dat kinderen ontwikkelingsgezien rijp zijn om getraind te worden voor zindelijkheid op een leeftijd van 18 à 22 maanden en de training zullen voltooien op een leeftijd van 24 à 36 maanden.

De leeftijd waarop ouders beginnen met de zindelijkheidstraining van hun kinderen verschilt wel van cultuur tot cultuur.

Geslacht speelt ook een belangrijke rol in het zindelijkheidsproces. Meisjes zijn gemiddeld sneller zindelijk dan jongens, zowel voor zindelijkheid overdag als 's nachts. Opvallend is ook dat men bij meisjes vaak vroeger met zindelijkheidstraining begint dan bij jongens.

Ouders spelen een cruciale rol in het zindelijkheidsproces. Zij moeten hun kind namelijk begeleiden en motiveren. Er moet een plan en een routine opgesteld worden en dit plan moet besproken worden met de personen die instaan voor de zorg van het kind overdag.

In de loop der jaren is uit verschillende onderzoeken naar voor gekomen dat de leeftijd waarop een kind zindelijk wordt in onze maatschappij verlaat is.

Waarom? Omdat de leeftijd waarop men begint met zindelijkheidstraining echter gestegen is.

Waar dit in de jaren 1940 nog onder de 18 maanden lag, is dit vandaag de dag gestegen tot een leeftijd van 21 à 36 maanden.

Hier worden in de meeste Westerse landen kinderen zindelijk tussen 24 en 48 maanden.

De eigenschappen van de kinderen zijn de laatste jaren heel weinig veranderd. De oorzaak van **verlating** ligt dus in de omgeving en/of in de ervaringen tijdens de zindelijkheidstraining.

Oorzaken zijn bijvoorbeeld:

- wegwerpluiers: het gemak ervan voor de ouders en ook het comfortabele droge gevoel voor de kleuters, neemt een deel van de stimulans om zindelijk te worden weg.
- Het verbannen van de kakstoel.
- Veranderingen in de gezinssituaties: het buitenshuis werken van beide ouders waardoor ouders ook minder tijd kunnen of willen geven aan zindelijkheidstraining. Het mag allemaal niet te lang duren. Er is ook een kleiner aantal kinderen per gezin waardoor imitatiegedrag minder wordt.
- Veranderde opvoedingsstijl: ouders zijn minder consistent en autoritair en hanteren een meer liberale opvoedingsmethode dan vroeger en laten nu ook het kind zelf beslissen wanneer het zindelijk wil worden.
- Overheveling van deze verantwoordelijkheid naar derden, oa. de school.
- Er is ook een overvloed aan informatie die stelt dat dat een vroege training niet per se leidt tot een eerdere voltooiing van het zindelijkheidsproces.
- Wanneer men nu een kind onzindelijk naar school stuurt, is dit geen schande meer, terwijl dat vroeger wel zo was.

Door deze verlating komen kleuterleidsters in hun klas in aanraking met kinderen die nog niet zindelijk zijn en dit zorgt ervoor dat de zindelijkheidstraining niet langer enkel een thuisaangelegenheid is maar dat dit ook een zaak wordt van de school. Uit studies blijkt dat de rol die kleuterleidsters spelen soms groter is dan algemeen wordt aangenomen waardoor de bijkomende werkdruk soms onopgemerkt blijft.

Dit maatschappelijk fenomeen kunnen we echter niet zomaar veranderen, 20% van de 2.5 jarigen zijn nog niet zindelijk.

Wettelijk is de enige toelatingsvoorwaarde voor het kleuteronderwijs een leeftijdsvoorwaarde: een kind moet minstens 2.5 jaar oud zijn. Een kind weigeren omdat het niet zindelijk is, mag niet.

Zindelijkheid is ook geen criterium om schoolrijpheid of algemene ontwikkeling te beoordelen. De rijpingssnelheid kan sterk verschillen van kind tot kind. Kleuterleidsters moeten wel hun pedagogische opdrachten kunnen blijven vervullen. Zindelijkheidstraining is in de eerste plaats de verantwoordelijkheid van de ouders.

Zeer belangrijk in het zindelijkheidsproces op school is dan ook de communicatie met ouders.

De eerste aanzet kan worden gegeven bij de inschrijving van de peuter. Bij de ouders wordt gepolst hoever de peuter staat in de zindelijkheidstraining en aan de hand van dit gesprek worden er afspraken gemaakt. Dit kan bijvoorbeeld inhouden dat voor peuters die echt nog niet toe zijn aan zindelijkheidstraining er aan de ouders gevraagd wordt om luiers mee te geven naar school.

Wanneer de kleuterleidster merkt dat een kleutertje klaar is voor zindelijkheidstraining (luiers meer dan 2 uur of tussen 2 plasmomenten droog), informeert zij bij de ouders of de ouders de training kunnen aanvangen. De school begint geen droogtraining op eigen houtje, het is immers belangrijk dat de aanpak thuis en op school dezelfde zijn.

Wanneer ouders akkoord zijn en met training starten, stapt de school mee in dit proces en ondersteunt de ouders, indien nodig samen met CLB.

Wanneer ouders nog niet bereid zijn om te starten, zal school en eventueel CLB de ouders stimuleren om toch zo vlug mogelijk de stap te zetten naar droogtraining.

(in bijlage: beslisboom VCLB Waas en Dender, die kan worden gebruikt als leidraad)

Voor scholen zal het belangrijk zijn om in het kader van deze problematiek te bekijken of er een mogelijkheid is om meer hulp in de klas te hebben, het

inschrijvingsbeleid en water- en plasbeleid op school te evalueren en eventueel aan te passen.

Waarom een waterbeleid?

- Water is de beste dorstlessen, het bevat 0 kcal.
- Water is het enige vocht dat het lichaam nodig heeft.
- Water regelt de t° en het vochtgehalte van het lichaam. Leerlingen die voldoende water drinken zijn minder moe en meer geconcentreerd.
- Water is goedkoop.

Waarom een plasbeleid?

- De blaasfunctie van kinderen tot 12 jaar is nog volop in ontwikkeling. Zij leggen nu de basis voor een goed functionerende blaas als volwassenen. Het aanleren van gezond plasgedrag is dus voor alle kinderen belangrijk.
- 1 op 10 kinderen van de lagere school kampt met een plasprobleem. Zij moeten hier correct mee leren omgaan.
- Uit onderzoek blijkt dat de kleuterleidsters wel kennis hebben van 1 of verschillende methoden van zindelijkheidstraining maar toch hun eigen aanpak hebben om niet-zindelijke kinderen zindelijk te maken.

In de literatuur vindt men 3 belangrijke methoden van zindelijkheidstraining. Het is onmogelijk te zeggen welke methode het beste is. Belangrijk voor een kind is, dat voor hem of haar overal dezelfde methode gebruikt wordt.

Belangrijke factoren bij de zindelijkheidstraining zijn:

1. rijpheid:

- motorische rijpheidsfactoren: vb. een signaal kunnen geven met woorden of gebaren dat men naar het toilet moet, kunnen lopen en zitten, bevelen kunnen opvolgen.
- Fysiologische rijpheidsfactoren: controle over blaas, sluitspier en darmfunctie.
- Psychologische factoren: bewustzijn en de wil van het kind. Het kind moet er zich bewust van zijn dat het een natte of vuile broek heeft, vraagt zelf naar het potje en wil meewerken met de zindelijkheidstraining. Het kind moet het signaal herkennen dat erop wijst dat het naar het toilet moet, het plassen dan kunnen uitstellen en beseffen dat dit signaal voorrang moet krijgen op alle andere activiteiten zoals spelen.

2. leeftijd: tussen 22 en 30 maanden.

3. geslacht: zie boven.

4. sociale factoren: familie en cultuur in de eerste plaats.

Welke problemen kunnen optreden bij een gehaaste of/en te strenge training?

- Grotere kans op falen en geassocieerde gedragsproblemen.
- Chronische obstipatie.
- Frustratie bij ouders.
- Aanleren van foutief toiletgedrag waardoor het toilet vermeden wordt of het kind juist in zijn broek blijft plassen.

Vroeg starten is niet per definitie negatief, rekening moet worden gehouden met de verschillende rijpheidsfactoren.

Noot 1: waarom jongens ook beter zittend plassen:

- wie staand plast, plast zijn blaas niet helemaal leeg.
- De restjes urine die achterblijven kunnen ontstekingen veroorzaken.
- Een staande plasser krijgt microdruppels urine op zich.
- Rechtstaand plassen met een strakke broek en onderbroek kunnen het plassertje afspannen tijdens het plassen en dat is ongezond.

(bron: klasse voor ouders-de weg van water-02/2009)

Noot 2: Op het potje?

- Een gewoon toilet is veel te hoog en de opening gigantisch groot.
- Een goed kindertoilet betekent dat het kind met de voetjes aan de grond kan en in lichte hurkzit kan plassen.
- Alternatieven: potje of een kinderbrilletje op een groot toilet met een opstapje om de voetjes op te zetten.

Verantwoordelijke uitgever,
VCLB Waas en Dender



Vrij CLB Waas en Dender- vzw

Vrij Centrum voor Leerlingenbegeleiding

Maatschappelijke zetel: Ankerstraat 63 – 9100 Sint-Niklaas

Hoofdzetel

Ankerstraat 63 – 9100 Sint-Niklaas

Tel. 03 776 34 51 – Fax 03 776 54 39

E-mail: sint-niklaas@vclbwaasdender.be – website: www.vclbwaasdender.be

