



Hart voor Brabant

de volgende dag.

En: een eenmaal gegeven beloning mag nooit worden afgepakt, ook niet als het de volgende dag helemaal mis gaat.

Verder moet uw kind precies weten, waarvoor het zijn beloning verdient. In uw geval wordt dat dus bijvoorbeeld: elke dag een kwartier na de maaltijd 2 of 3 minuten op de wc gaan oefenen. Oefenen wil zeggen; op de wc zitten (de voeten moeten kunnen steunen op een ondergrond) en naar beneden drukken (zachtjes persen op de anus). Als uw kind dat doet, verdient hij zijn beloning. De opdracht aan uw kind mag niet zijn: de hele dag een schone broek houden (want dan kan uw kind gaan ophouden en obstipatie krijgen), en bent u nog verder van huis. Dus duidelijkheid is belangrijk.

Negeren

We hebben gezegd dat we het ongewenste gedrag (het broekpoepen) zoveel mogelijk gaan negeren. Maar dat kan natuurlijk niet als uw kind met een stinkende broek door het huis loopt. Wat we bedoelen is dat we niet weer een hele preek afsteken of boze opmerkingen maken of vragen waarom

het nu weer mis ging, maar het kind zonder veel woorden naar boven sturen om zichzelf daar te verschonen en zijn eigen broek uit te spoelen. Als uw kind klein is, neemt u hem zelf zonder veel woorden mee, geeft geen 'gezellige' aandacht tijdens het verschonen en geeft hem te kennen dat hij volgende keer weer kan oefenen voor zijn beloning.

Zorg ervoor dat iedereen die vaak in huis komt (de oppas, de buurvrouw, oma) de zelfde aanpak hanteert!

Alle details over deze aanpak kunt u de volgende keer met de jeugdarts bespreken.

Colofon



Uitgever: GGD Hart voor Brabant

Datum: april 2008

Druk: Graphiset 2008

Oplage: 750

GGD Hart voor Brabant

Postbus 3166

5203 DD 's-Hertogenbosch

T 0900 - 463 64 43 (lokaal tarief)

F (073) 641 86 53

I www.ggdhvb.nl



Hart voor Brabant



Broekpoepen



Mijn kind poept in zijn broek

U hebt een broekpoepend kind en bent daarvoor bij de jeugdarts van de GGD gekomen. Deze heeft vastgesteld dat er geen medische oorzaken te vinden zijn; daarom gaat u nu met een andere pedagogische aanpak het broekpoepen van uw kind proberen aan te pakken.

Gedrag

Wij gaan ervan uit, dat broekpoepen voor een deel het gevolg kan zijn van erfelijke factoren, maar ook is ontstaan en is blijven bestaan door de manier waarop erop gereageerd wordt. Eigenlijk is dat zo met bijna alle gedrag van een kind; uw kind is bijvoorbeeld heel druk ('dat heeft ie van zijn vader geërfd'), maar kan bv. ook heel druk blijven omdat hij daardoor veel aandacht krijgt. Zo is dat ook met leuk gedrag: als uw kind een keertje meehelpt met tafeldekken en u geeft hem een groot compliment daarvoor, is de kans groot dat hij het vaker zal doen. Nog een voorbeeld van 'gewenst' gedrag': uw kleuter geeft zijn kleine zusje een aai over haar bolletje; u geeft hem een complimentje en lacht naar hem. De kans is groot dat uw kleuter zijn kleine zusje vaker zal aaien.

Een voorbeeld van vervelend, ofwel 'ongewenst' gedrag': uw kind dramt in de supermarkt om snoep; na wat tegengespartel van uw kant geeft u toe. Hierdoor heeft uw kind geleerd dat het door zeuren zijn zin kan krijgen en dat zal het een volgende keer weer proberen.

Bij de aanpak van het broekpoepen van uw kind gaan we dus ervan uit, dat dit door allerlei omstandigheden is ontstaan of is 'aangeleerd'. Daarom zullen we niet alleen heel goed moeten kijken hoe het gekomen is, maar ook hoe we erop reageren. Als we van het broekpoepen af willen komen moeten we waarschijnlijk ons eigen gedrag als ouders gaan veranderen. Het broekpoepen van uw kind valt onder de categorie 'ongewenst gedrag'.

Maar wat is dan eigenlijk het 'gewenste gedrag'?

Dat is niet: 'stoppen met broekpoepen' want daar zou uw kind obstipatie (verstopping) van kunnen krijgen, maar wel 'leren poepen op de wc'. **Dat wordt ons doel.**

Willen we dit gewenste gedrag bereiken, dan zijn daar grofweg gezegd een aantal stappen voor nodig:

1. het gewenste gedrag moet worden aangeleerd (in het geval uw kind nog nooit op de wc gepoept heeft) of het moet vaker gaan plaatsvinden (als uw kind het soms al wel eens op de wc doet). Dit gaan we doen door leuke, positieve reacties te geven.
2. het ongewenste gedrag (nl. poepen in de broek) moet worden vermindert en liefst helemaal verdwijnen; dit gaat gebeuren door dit gedrag te negeren, zoveel als mogelijk is (hierover straks meer). In de praktijk blijkt namelijk, dat het geen enkele zin heeft om boos te worden of te straffen.
3. we moeten zorgen dat het gewenste gedrag, nl. poepen op de wc, blijft bestaan zodra het eenmaal voorkomt. Dit doen we door het gewenste gedrag te 'belonen' (dit wordt



verderop uitgelegd). Het is belangrijk om dit een lange tijd vol te houden. Voor een aantal kinderen, vooral voor degenen die bang waren voor de wc en die eenmaal de stap naar poepen op de wc genomen hebben, zal dit overigens meestal niet nodig zijn.

Kleine stapjes

Verder is het heel erg belangrijk dat je als ouder niet meteen te hoge eisen stelt wanneer je toewerkt naar gewenst gedrag.

Wees al blij met elk stapje dat in de goede richting gaat. Wanneer je eisen te hoog zijn, en het mislukt een keer, kunnen zowel u zelf en uw kind zo teleurgesteld zijn dat de neiging ontstaat het bijltje er bij neer te gooien.

Een voorbeeld van te hoge eisen: uw kind heeft de afgelopen week twee keer op de wc gepoept. U belooft uw kind dat het een nieuw computerspel krijgt als het de komende 2 weken geen vieze broek meer heeft. Al bij de derde dag gaat het mis en uw kind heeft er nu helemaal geen zin meer in om zijn best te doen.

Belonen

Je hebt drie soorten 'beloningen':

- de sociale beloning (aai over de bol, glimlach, complimentje);
- de materiele beloning (Mac Donalds, snoepje, cadeautje);
- de activiteitenbeloning (samen koekjes bakken, bij opa en oma slapen, half uur langer opblijven).

Wij adviseren om zoveel mogelijk sociale en activiteitenbeloningen te gebruiken, want die zijn uiteindelijk veel leuker dan het zoveelste kleine cadeautje.

Nu kun je niet voor elke keer dat uw kind keurig op de wc zijn behoefte doet, of dat hij daar oefent, zo'n beloning geven. Maar wel kunt u een kaart of schema maken waarop uw kind bij iedere goed gelukte poging of oefening een sticker of zonnetje mag opplakken, en na een bepaald aantal stickers of zonnetjes heeft hij zijn grotere beloning verdiend. Zo kan hij echt toewerken naar de grotere beloning, en dan is het ook niet erg als het een dagje misgaat. Het is heel belangrijk dat uw kind meteen beloond wordt als hij iets goed gedaan heeft, en niet pas