

## Luier- of broekpoepen

Peuters en kleuters die nog steeds om een luier vragen  
en niet op de wc willen 'ontlasten'



Als je 3- of 4-jarig kind (en soms nog wel ouder) nog in de luier of onderbroek poept, dan heeft dat meestal niet te maken met niet zindelijk zijn.

Je kind is vaak wel zindelijk maar heeft angst om op de wc te poepen.

Hoe goed bedoeld ook, een luier aanbieden helpt je kind niet om de angst te overwinnen.

- Zorg dat de ontlasting zacht is, dan gaat poepen makkelijker. Laat je kind goed drinken en bewegen. Een bezoekje aan de huisarts is verstandig. Deze kan uitsluiten of er sprake is van obstipatie of een andere medische oorzaak en eventueel een laxerend drankje (forlax) voorschrijven.
- Bespreek met je kind dat de luier weg gaat. Maak er samen een leuk ritueel van om afscheid van de luier(s) te nemen.
- Toon begrip voor de angst maar wees standvastig: 'Ik weet dat je het spannend vindt maar toch gaan we het zo doen' en 'Ik vertrouw er op dat je het gaat proberen'.
- Houd je aan een vast tijdschema. Je kind moet even blijven zitten op de wc (timer op 2 minuten). Beloon je kind voor het proberen met iets kleins maar ook met een compliment.

Voor meer informatie klik [hier](#)

Doorpraten? Welkom bij [pedagogisch advies](#)