

Strategien für das Toilettentraining bei Kindern mit einer Autismus-Spektrum-Störung in der Ergotherapie



Informationen

Das nach dem Person-Environment-Occupation Modell gegliederte Merkblatt wurde für Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten gestaltet, welche Kinder mit einer ASS in der Therapie begleiten. Die Strategien sind aus Studien und aus erfahrungsbasierter Literatur. Es gibt einige Strategien, welche in der Literatur widersprüchlich beschrieben werden. Bei der Verwendung dieses Merkblattes sollte beachtet werden, dass jedes Kind mit einer ASS sehr individuelle Bedürfnisse hat und nicht jede Strategie bei jedem Kind angewendet werden kann. Viele Strategien sind nicht direkt in der Therapieeinheit anwendbar, denn sie müssen in den Alltag integriert werden. Deshalb ist es wichtig, dass die Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten die Eltern und Bezugspersonen in Bezug auf den Einsatz der Strategien beraten und unterstützen.

Viel Erfolg bei der Verwendung des Merkblattes!

Person - Kind

Körperwahrnehmung

Awareness Nässegefühl

- Trockenkontrollen⁴
- Unterhosen unter Windeln anziehen⁵
- Bettnässer-Alarm⁵
- Küchenpapier oder Einlage in die Windel legen³
- Ziel: Motiv auf Unterwäsche trocken halten¹
- Widerspruch: ab Trainingsbeginn strikt auf Windeln verzichten¹

Kurze Sitzzeit auf der Toilette

Motivationsobjekte:

- sensorische Spielsachen (weiche Bälle, Fidget-Toys, Seifenblasen)³
- Widerspruch: nichts zum herumwerfen¹
- keine lauten Geräusche¹
- keine Videos¹

Zeitvisualisierung:

- Timer^{3;6}
- Sanduhr³
- visuelle Zeituhr⁵
- Stoppuhr⁶
- Kind zählt langsam auf 10 oder 20⁶
- Bilder auf einer Bildanleitung nacheinander anfassen⁶
- Zeitgefühl mit Kurzaktivitäten verbessern⁵

Belohnung

- individuelle Belohnung^{3;4}
- Spielsachen^{1;2;5}
- Essen^{1;2;4}
- Buch⁵
- Video⁵
- verbales Lob⁴
- Belohnung für maximal 45 Sekunden¹

Kommunikation

Selbstinitiierung nach Abschluss des Toilettentrainings

- verbal, mit Gebärdensprache oder unterstützter Kommunikation⁵
- das Kind fragt, ob es die Toilette benutzen kann²
- das Kind geht selbstständig zur Toilette und informiert die Eltern wie vorgängig abgemacht⁶

Ängste

Ins Badezimmer gehen

- Desensibilisierung durch Kopplung an positive, beruhigende Erlebnisse⁶
- Fokus des Kindes durch Bilder leiten⁶
- positive Verstärkung für das Eintreten ins Badezimmer⁶
- Weg aus Fussabdruck-Aufklebern zum Badezimmer hin¹

Angst vor Kontamination

- Toilettenpapier vor der Benutzung in die Toilette legen³
- zeigen, wie weit das Kind die Unterhose und Hose herunterziehen muss³
- Einweghandschuhe anbieten³

Auf die Toilette sitzen

- Desensibilisierung durch Kopplung an positive, beruhigende Erlebnisse⁶
- separaten Toilettenstuhl verwenden⁶
- positive Verstärkung für das Benutzen der Toilette⁶

Person - Bezugsperson

Unsicherheit bei der Durchführung des Toilettentrainings

Planung

- Toilettengang 6-8x/Tag³
- Kind alle 30 – 60 Minuten zur Toilette bringen und die Zeit ausdehnen⁵
- Toilettengang im Tagesablauf integrieren³
- Trainingsbeginn in Wintermonat und an einem Mittwoch¹
- genauen Trainingsplan aufstellen (Ziel, Handlungsstrategie, Werkzeuge, Methoden)¹

Ausscheidungstabelle

- Ausscheidungsmuster erkennen und dokumentieren^{1;4;5;6}

Trinken

- Lieblingsgetränk anbieten⁵
- Zeitplan, der Essen und Trinken beinhaltet gehört zur Routine⁶
- regelmässige Ernährung⁶
- ausreichende Flüssigkeitszufuhr^{3;6}
- 45 Minuten vor dem Schlafen nichts mehr trinken¹

Position beim Toilettengang

- Jungen können stehend und sitzend urinieren^{2;3;5}
- Zielen üben im Stehen mit einem Smiley-Sticker in der Toilette⁵
- Jungen müssen sitzend urinieren¹
- Position (Stehend/Sitzend) anderen Männern im Haushalt anpassen³

Verhalten der Bezugspersonen

- nicht zu nah an der Toilette stehen, nicht ablenken¹
- bei Missgeschicken:
 - ruhig bleiben und beim Säubern helfen⁶
 - möglichst wenig soziale Interaktion⁶

Beginn mit dem Toilettentraining

- Mit vier Jahren einen Plan machen³
- das Kind soll ausgeglichen sein/keine anderen Veränderungen im Leben³
- das Kind reagiert auf Lob¹ und zeigt Interesse für Aktivitäten, Speisen oder Gegenstände¹
- das Kind kann Bedürfnisse und Wünsche ausdrücken¹

Kommunikation

Sprache

- immer gleiche Wörter verwenden^{1;3}
- klare Kommunikation³
- positive Instruktionen/fragende Aufforderung vermeiden^{3;6}
- Einleitungssatz für den Toilettengang definieren⁴

Umwelt

Unpassende Umweltgegebenheiten

Adaptationen

- Toilettensitz^{3,6}
- kein Toilettensitz¹
- gepolsterte Überzüge für den Toilettenring³
- Sticker vorne und hinten auf dem Toilettenring (Gesässplatzierung)¹
- zusammengerolltes Tuch/Teil einer Schwimmnudel zwischen Kind und Spülkasten³
- kleiner Tisch auf dem Schoss des Kindes⁶, separater Toilettenstuhl⁶
- Fusscheme^{1,3,6}
- Markierungen für die Fussposition^{1,3}
- Haltegriff/Haltestange anbringen³

Öffentliche Toiletten/Generalisierung

Herangehensweise

- von Anfang an verschiedene Toiletten benutzen²
- zuerst andere Toiletten im Haus benutzen und danach öffentliche Toiletten¹
- Gewohnte Gegenstände mitnehmen⁶
- portabler Toilettensitz³
- Ersatzkleider⁵

Nur an einem Ort Schwierigkeiten beim Toilettengang

- Kommunikation⁶
- Austausch von Informationen⁶
- Erfolgsfaktoren analysieren^{2,6}

Reize im Badezimmer

Material

- Angenehmes Toilettenpapier und Tücher bereitstellen⁶
- Wichtig: einfache Handhabung^{3,6}
- nasse Tücher verwenden^{3,6}

Olfaktorische Reize

Stimulieren:

- Stark riechenden Gegenstand ins Badezimmer mitnehmen, an dem das Kind riechen kann (z.B. Armband mit Parfüm oder ätherischem Öl, Bild, welches durch Reibung riecht)³
- Lufterfrischer verwenden³

Hemmen:

- Unparfümierte Toilettenartikel und Putzmittel und Waschmittel für Handtücher verwenden³
- Geruchsneutralisierer verwenden³
- Abziehvorrichtung für gute Ventilation installieren³
- Riechenden Gegenstand mitnehmen, an dem das Kind riechen kann, um von anderen Gerüchen abgelenkt zu werden³

Allgemein

- Badezimmer nach Leitmotiv dekorieren¹
- Bild/Cartoon auf Augenhöhe des Kindes an der Wand anbringen³
- Visuelle Informationen reduzieren (Farben, gefliester/gemusterter Boden)³
- Spielsachen: auditiver, visueller, sensorischer und olfaktorischer Input – an Bedürfnis des Kindes angepasst³

Auditive Reize

Hemmen:

- Gehörschutz, Ohrstöpsel oder Kopfhörer verwenden³
- Vorhänge, Matten oder Tücher verwenden, um Echos im Badezimmer zu reduzieren³
- Toilettenpapier vor der Benutzung in die Toilette legen, um das Geräusch von Urin und Fäkalien zu dämpfen³

Visuelle Reize

Stimulieren:

- Starkes Licht anbieten³

Hemmen:

- Blendendes Licht reduzieren³
- Reflektionen verändern oder reduzieren³
- Toilettenartikel in Boxen verstauen oder ausserhalb des Sichtfeldes aufbewahren³

Betätigung

Fehlendes Verständnis für den Ablauf der Betätigung

Elimination am falschen Ort

Richtiges Verhalten lehren/zeigen:

- Social Stories⁶
- Pre-teaching⁶
- Bilder⁶
- Visuelle Hinweise/Symbole³
- Nachtstuhl/Töpfchen an aktuell genutzten Ort stellen, schrittweise zum Badezimmer verschieben³
- Möbelstücke an genutzten Ort stellen, bis es keine andere Möglichkeit als das Badezimmer gibt¹

Toilettenspülung

Richtiges Verhalten lehren/zeigen:

- Pre-teaching⁶
- Bilder^{3;6}
- "finish-box" verwenden (z.B. Bildkarte in eine Box legen)³

Korrektes Verhalten lehren/zeigen

- Pre-teaching⁶
- Social Stories^{5;6}
- selbst erstellte Lerngeschichten¹
- Video-Modeling⁴
- Modeling⁶
- illustrierte Bücher/Cartoons^{3;5}
- Visuelle Verhaltensanleitung¹
- "Wenn/Dann"-Schaubild¹

Zeit auf der Toilette ohne Elimination

- 1-2 Minuten⁵
- 3-5 Minuten¹
- max. 5 Minuten³
- max. 10 Minuten⁴
- bis sich das Kind entspannt⁶

Schwierigkeiten beim Beginn mit dem Urinieren

- Laufendes Wasser^{2;6}
- lauwarmes Wasser über den Penis geben⁶

Veränderung der Routine

Wechsel von Windeln zu Unterhosen

Herangehensweise:

- verbale/visuelle Hinweise, für dass es nur noch Unterwäsche gibt¹
- gemeinsames Entsorgen der Windeln¹
- Feier am Tag vor dem Trainingsbeginn¹
- Unterwäsche schenken¹
- Windeln im Badezimmer wechseln³
- Windeln über Unterhosen anziehen und von Zeit zu Zeit wegschneiden⁶
- Zeitdauer des Tragens von Unterhosen schrittweise verlängern⁶
- Unterhosen über der Windel tragen³
- Sensorischer Input (Druck):
 - Windeln immer lockerer anziehen³
 - Druck auf andere Weise ermöglichen (Gewichte auf dem Schoss, Decken, Massage, enge Kleidung³)

Material:

- weisse Baumwollwäsche (Jungen), weisse Nylonunterwäsche (Mädchen)¹
- Unterhosen, die das Kind akzeptiert (evtl. mit tollem Charakter drauf)³

Integration in Alltagsroutinen

- Zeitplan, der an Routinen geknüpft ist (2)
- visueller Toilettensplan (3) (zu Hause und in Schule) (5)
- Toilettengang mit Routinen verbinden (z.B. Spielen, Essen) (3)
- routinemässig vor dem Weggehen zur Toilette gehen (6)
- informieren, wo an ungewohnten Orten die Toilette ist (6)

Gesäss säubern

Richtiges Verhalten lehren:

- Social Stories^{3;6}
- Pre-teaching⁶
- Bilder^{3;6}
- Physische Hilfestellung/Führen^{1;3;6}
- Abwischen separat üben¹
- Körperfunktionen mit lustigen Aktivitäten beüben³
- Markierung an der Wand für notwendige Menge an Toilettenpapier³
- notwendige Anzahl bereitlegen³

Literaturverzeichnis

- 1: Batts, B. (2013). *Aufs Klo, fertig, los! Toilettentraining bei Kindern mit Autismus und anderen Entwicklungsstörungen*. Dgvt.
- 2: Dalrymple, N. J., & Ruble, L. A. (1992). Toilet training and behaviors of people with autism: Parent views. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 22(2), 265–275. <https://doi.org/10.1007/BF01058155>
- 3: Fleming, E., & MacAlister, L. (2016). *Toilet training and the autism spectrum (ASD). A guide for professionals*. Jessica Kingsley Publishers.
- 4: McLay, L., Carnett, A., van der Meer, L., & Lang, R. (2015). Using a Video Modeling-Based Intervention Package to Toilet Train Two Children with Autism. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 27(4), 431–451. <https://doi.org/10.1007/s10882-015-9426-4>
- 5: Wenger, D. (2017). Toilet training kids with ASD Part 2. *Contemporary Pediatrics* 34(5), 25–47.
- 6: Wheeler, M. (2007). *Toilet training for individuals with autism or other developmental issues: a comprehensive guide for parents & teachers* (2nd Ed.). Future Horizons.