

Arbeitsbuch für Eltern

Bettina Brehm, Judith E. Schill, Monica Biscaldi, Christian Fleischhaker

Kapitel 16	Einführung und Übersicht – 123
Kapitel 17	Sitzung 1: Informationen zu ASS (Teil 1) – 125
Kapitel 18	Sitzung 2: Informationen zu ASS (Teil 2) – 131
Kapitel 19	Sitzung 3: Strategien zur Alltagsstrukturierung –137
Kapitel 20	Sitzung 4: Verhaltenstherapeutische Lernprinzipie (Teil 1) – 157
Kapitel 21	Sitzung 5: Verhaltenstherapeutische Lernprinzipien (Teil 2) – 169
Kapitel 22	Sitzung 6: Umgang mit autismusspezifischen herausfordernden Verhaltensweisen (Teil 1) – 175
Kapitel 23	Sitzung 7: Umgang mit autismusspezifischen herausfordernden Verhaltensweisen (Teil 2) – 187
Kapitel 24	Sitzung 8: Umgang mit autismusspezifischen herausfordernden Verhaltensweisen (Teil 3) –205

Die Seitenzahlen des Arbeitsbuches befinden sich jeweils unten auf den Seiten.

Sie Seitenzahlen oben rechts bzw. links auf den Seiten sowie die Kapitel- und Abschnittsnummern beziehen sich auf das gesamte Buch
»Brehm et al.: FETASS – Freiburger Elterntraining für Autismus-Spektrum-Störungen«.

Inhaltsverzeichnis

16	Einführung und Übersicht	4
16.1	Wozu dieses Arbeitsbuch?	4
16.2	Zeichenerklärung	4
16.3	Übersicht über Sitzungen und Themen	5
17	Sitzung 1: Informationen zu ASS (Teil 1)	6
17.1	Auffälligkeiten bei ASS	6
17.1.1	Qualitative Auffälligkeiten der wechselseitigen sozialen Interaktion	6
17.1.2	Qualitative Auffälligkeiten der Kommunikation	6
17.1.3	Auffällige und intensive Interessen sowie ritualisierte Verhaltensweisen, feste Abläufe, an Themen haften	7
17.1.4	Diagnostische Kriterien und Unterscheidungen	8
17.2	Übung: Positive Beziehung	9
17.3	Übung: Stärken des Kindes	10
17.4	Hausaufgabe: Wertvolle Zeit	11
18	Sitzung 2: Informationen zu ASS (Teil 2)	12
18.1	Warum verhält sich mein Kind so besonders?	12
18.1.1	Ursachen für die Entstehung von ASS	12
18.2	Alltagsfallen: Faktoren aus dem familiären Umfeld, die das Verhalten von Kindern ungünstig mit beeinflussen	14
18.2.1	Übung: Alltagsfallen	14
18.3	Festlegung von Zielen	15
18.4	Hausaufgabe: Ziele für Verhaltensänderungen	16
18.4.1	Legen Sie Ziele für eine Verhaltensänderung bei Ihrem Kind und für eine Verhaltensänderung bei sich selbst fest	16
18.4.2	Mein eigenes nächstes Ziel für mein Verhalten	17
19	Sitzung 3: Strategien zur Alltagsstrukturierung	18
19.1	Allgemeine Erziehungsprinzipien	18
19.1.1	Allgemeine Erziehungsprinzipien bei Kindern mit ASS	18
19.1.2	Übung: Balance zwischen Über- und Unterforderung	18
19.2	Strategien zur Alltagsstrukturierung	19
19.2.1	Prompting	19
19.2.2	Fragen – Sagen – Tun	23
19.2.3	Kalender, Wochen-/Tagespläne, Checklisten	23
19.2.4	Einchecken/Auschecken	24
19.2.5	Fertig-Korb	25
19.2.6	Ordnungssysteme	25
19.2.7	Ablaufpläne	26
19.2.8	Familienregeln	28

19.3	Selbstfürsorge	30
19.3.1	Übung: Zeit für mich	31
19.4	Hausaufgabe	32
19.4.1	Selbstfürsorge: „Zeit für mich“ umsetzen	32
19.4.2	Protokoll zur Umsetzung der Strategien zur Alltagsstrukturierung	33
20	Sitzung 4: Verhaltenstherapeutische Lernprinzipien (Teil 1)	38
20.1	Wie kann ich angemessenes Verhalten fördern?	38
20.1.1	Grundsatz für das Erlernen neuer Verhaltensweisen	38
20.1.2	Lernprinzip: Positive Verstärkung	38
20.2	Verstärkerplan vorbereiten und einsetzen	44
20.2.1	Wichtige Regeln für die Vorbereitung und das Einsetzen von Verstärkerplänen	44
20.3	Hausaufgabe: Verstärkerplan	45
21	Sitzung 5: Verhaltenstherapeutische Lernprinzipien (Teil 2)	49
21.1	Negative Verstärkung	49
21.2	Shaping	49
21.3	Chaining oder Rückwärtslernen	49
21.4	Generalisierung	50
21.5	Negative Konsequenzen	50
21.5.1	Logische Konsequenzen	50
21.5.2	Übung: Logische Konsequenzen	51
21.5.3	Einsatz von logischen Konsequenzen bei Kindern mit ASS	52
21.6	Löschung	52
21.7	Hausaufgabe: Anwendung der Lernprinzipien auf individuelle Ziele	53
22	Sitzung 6: Umgang mit autismusspezifischen herausfordernden Verhaltensweisen (Teil 1)	55
22.1	Systematische Verhaltensbeobachtung	55
22.2	Aufrechterhaltende Faktoren des Problemverhaltens entfernen	56
22.3	Unmissverständliche Anweisungen geben	56
22.3.1	Übung: Unmissverständliche Anweisungen geben	57
22.3.2	Checkliste	58
22.4	Einüben von sozialen Regeln bzw. sozialen Skripten	58
22.4.1	Checkliste	59
22.5	Alternative soziale Fertigkeiten aufbauen	59
22.6	Theory-of-Mind-Fähigkeiten einüben	59
22.7	Auszeiten	60
22.7.1	Checklisten	60
22.7.2	Einsatz der Auszeit bei Kindern mit ASS	61
22.8	Hausaufgabe	62
23	Sitzung 7: Umgang mit autismusspezifischen herausfordernden Verhaltensweisen (Teil 2)	67
23.1	Umgang mit kritischen Situationen	67
23.1.1	Übung: Kritische Situationen erkennen	67
23.1.2	Checkliste: „Wegweiser für kritische Situationen“	68

23.1.3	Wegweiser für kritische Situationen – zwei Beispiele	71
23.1.4	Übung: Wegweiser für kritische Situationen erstellen	74
23.2	Günstiges Elternverhalten bei Eskalationen	77
23.2.1	Checkliste zum gemeinsamen Ausfüllen	78
23.3	Übung: Zwischenbilanz	80
23.4	Hausaufgabe: Wegweiser für kritische Situationen	81
24	Sitzung 8: Umgang mit autismusspezifischen herausfordernden Verhaltensweisen (Teil 3)	84
24.1	Autismusspezifische Problemfelder	84
24.1.1	Blickkontakt	84
24.1.2	Freundschaften aufbauen	85
24.1.3	Sprachliche Missverständnisse	85
24.1.4	Fluktuierende Aufmerksamkeit	85
24.1.5	„Unerklärliche“ Gefühlsausbrüche	86
24.1.6	Angst vor neuen Situationen	86
24.1.7	Mangelnde Fähigkeit zur Empathie	87
24.1.8	Einseitiges Spielverhalten	87
24.1.9	Extreme Lärmempfindlichkeit	88
24.1.10	Sonderinteressen und stereotypes Verhalten	88
24.1.11	Umgangsstrategien mit Sonderinteressen und Zwängen	89

16 Einführung und Übersicht

Bettina Brehm, Judith E. Schill, Monica Biscaldi, Christian Fleischhaker

16.1 Wozu dieses Arbeitsbuch?

- Das Arbeitsbuch ist Grundlage jeder Gruppensitzung des Elterntrainings.
- Es enthält Infotexte, Übungen und Aufgaben für die Sitzungen und zu Hause.
- Sie tragen die Übungen direkt in das Arbeitsbuch ein.
- Bitte dieses Arbeitsbuch zu jeder Sitzung mitbringen.

16.2 Zeichenerklärung



An diesen Stellen werden Sie aufgefordert, Ihre Einträge vorzunehmen.



Wichtige Informationen und Zusammenfassungen werden hiermit hervorgehoben.

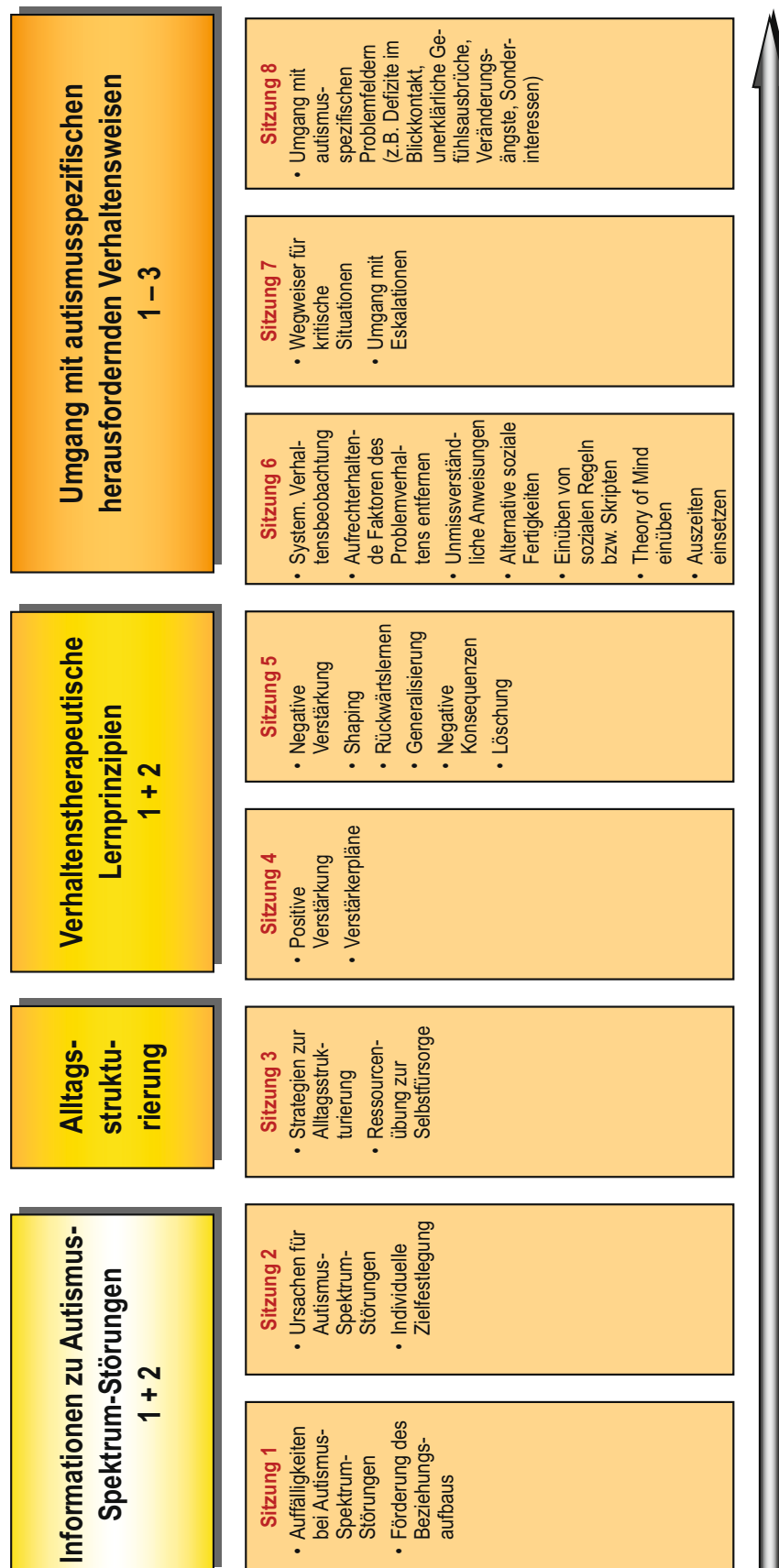


Typische Fragestellungen bzw. Konstellationen werden hiermit hervorgehoben.



Fakultative Übungen: Es gibt einzelne Teile, die bei kleinen Elterngruppen bzw. bei verbleibender Zeit zusätzlich bearbeitet, aber nicht immer behandelt werden können. Diese Übungen bzw. Themen können von Ihnen zu Hause zusätzlich bearbeitet werden.

16.3 Übersicht über Sitzungen und Themen



17 Sitzung 1: Informationen zu ASS (Teil 1)

Bettina Brehm, Judith E. Schill, Monica Biscaldi, Christian Fleischhaker

17.1 Auffälligkeiten bei ASS

Bei Störungen aus dem Autismus-Spektrum liegen insbesondere Besonderheiten in den drei Bereichen soziale Interaktion und Kommunikation sowie auffällige und intensive Interessen bzw. ritualisierte Verhaltensweisen, feste Abläufe und Haften an Themen vor.

17.1.1 Qualitative Auffälligkeiten der wechselseitigen sozialen Interaktion

Häufig berichten Eltern, dass sie nur sehr schwer den Blick ihres Kindes „einfangen“ können. Wenn die Kinder kommunizieren, schauen sie ihrem Gegenüber selten oder nur kurzzeitig in die Augen. Sie orientieren sich nicht am Blick des Gegenübers. Gefühle können sie nur schwer vom Gesicht ablesen. Oft zeigt sich bei Kindern mit ASS auch eine eingeschränkte Bandbreite an Gesichtsausdrücken. Außerdem versuchen Kinder mit ASS weniger oder gar nicht, über die Mimik „etwas zu zeigen“. Einige Kinder zeigen auch auffallend wenig Gestik oder müssen bestimmte festgelegte Gesten, wie z. B. Winken, explizit einüben.

Eltern beobachten ebenfalls, dass sich ihre Kinder nicht in die Gruppe der Gleichaltrigen integrieren können oder wollen. Es fällt ihnen schwer, Kontakt mit Gleichaltrigen herzustellen und aufrechtzuerhalten. Die Kontaktaufnahme, wenn vorhanden, ist häufig inadäquat und es entstehen häufig Konflikte. Oft beschreiben diese Kinder aus diesem Grund, keine Freundschaften zu haben. Oft erscheinen Kinder mit ASS als „Einzelgänger“ und „sich selbst genug“.

Kinder mit ASS zeigen oft einen Mangel an sozio-emotionaler Wechselseitigkeit, d. h. sie haben Probleme, ein Gespräch wechselseitig zu führen und im Gespräch die andere Person im Fokus der Aufmerksamkeit zu behalten und auf den anderen angemessen einzugehen. Oft beschreiben Eltern ein einseitiges Gespräch, das häufig stockt oder sich nur an den Interessen des Kindes orientiert. Wollen die Eltern die Aufmerksamkeit des Kindes auf etwas lenken, kann es sein, dass sich die gemeinsame Aufmerksamkeit auf einen Gegenstand oder auf eine Thematik nur schwer herstellen lässt.

17.1.2 Qualitative Auffälligkeiten der Kommunikation

In diesem Bereich zeigen sich erhebliche Unterschiede zwischen den Kindern mit ASS je nach Funktionsniveau und je nach Form des Autismus.

Häufig verwenden Kinder mit ASS die Sprache auf eine stereotype und repetitive Art und Weise. Sie verwenden häufig eigentümliche Worte mit Wortneuschöpfungen und eine gestelzte Sprache, wie z. B. „Das mundet meinen Geschmacksknospen nicht.“! Häufig

kann eine besondere Art zu sprechen bei Kindern mit ASS beschrieben werden. Manche sprechen mit sehr monotoner Sprachmelodie, mit auffälliger Betonung oder in auffälliger Tonhöhe oder Lautstärke. Kinder mit ASS haben häufig verbale Rituale, d. h., sie haben die Neigung, gleiche Sätze ritualisiert immer wieder zu sprechen.

Kinder mit ASS haben häufig besondere Schwierigkeiten mit abstrakten Begriffen und zeigen Schwierigkeiten, Metaphern zu verstehen.

Häufig zeigen diese Kinder kaum spontane Als-ob-Spielaktivitäten oder soziale Imitationsspiele. So behandeln Kinder mit ASS seltener Spielmaterialien wie Puppen, Figuren, Tiere etc. als belebte Wesen. Auch soziales Nachahmen kommt seltener vor.

In der Sprache von insbesondere jüngeren Kindern mit ASS finden sich häufig Echolalien, d. h. dass die Kinder das Gesagte wie ein Papagei nachsprechen, ohne z. B. auf eine gestellte Frage zu antworten. Dies scheint für diese Kinder ein besonderer Lustgewinn zu sein.

Bei jüngeren Kindern zeigen sich oft Pronomenvertauschungen. So spricht das Kind z. B.: „Du hast Durst“, meint aber sich selbst, spricht allerdings von sich nicht in „Ich“-Form. Auch „er/sie“ – „ich“-Vertauschungen finden sich häufig.

Kinder mit frühkindlichem Autismus weisen häufig eine verzögerte Sprache auf. Sie versuchen dabei nicht oder sehr selten, sich stattdessen durch Gestik oder Mimik beim Gegenüber verständlich zu machen. Die verzögerte Sprachentwicklung tritt nur beim frühkindlichen Autismus auf. Beim Asperger-Autismus beschränken sich die Sprachauffälligkeiten auf eine auffällige, oft monotone Sprachmelodie, Wortrituale und Schwierigkeiten mit abstrakten Begriffen und Metaphern.

17.1.3 Auffällige und intensive Interessen sowie ritualisierte Verhaltensweisen, feste Abläufe, an Themen haften

Es besteht ein sehr intensives Interesse für ungewöhnliche, oft wenig „kindgerechte“ und hochgradig spezifische Themen, wie z. B. ein ausgeprägtes Interesse an Strommasten, Landkarten oder Wissensbereichen, wie etwa Weltall oder Altertum.

Aber auch intensive Interessen an Themen aus dem Alltag, wie Waschmaschinen, Staubsauger, Toiletten etc., können vorkommen. Manche entwickeln ein hohes Expertentum in bestimmten umschriebenen Bereichen, wie z. B. Ahnenforschung, Altertum.

Kinder mit ASS halten häufig zwanghaft an nicht funktionalen Handlungen oder Ritualen fest, z. B. Rituale im Alltag oder feste Abläufe. Sie können teilweise feststehende Sätze aufgreifen und diese immer wieder zu bestimmten Zeitpunkten in anderen (unpassenden) Kontexten wiederholen (z. B.: „Es ist gut, wild zu sein“ aus den »Wilden Kerlen«).

Weitere Beispiele sind feststehende ritualisierte Verhaltensweisen z. B. beim Essen (etwa bestimmte Anordnung auf dem Teller) oder feste Abläufe am Tag, die in der Reihenfolge nicht verändert werden dürfen.

Kinder mit ASS zeigen oft starke Veränderungsängste. Es kann sein, dass diese Kinder beunruhigt reagieren, wenn sich der Tagesablauf oder der Zeitplan des Tages verändert oder wenn z. B. die Kleidung von Winter- auf Sommerkleidung verändert wird. Kinder mit ASS haben häufig stereotype und repetitive motorische Manierismen. Sie flattern z. B. bei Freude mit ihren Händen oder zeigen „Finger-flackern“. Häufig fällt auch eine motorische Koordinationsschwäche bei diesen Kindern auf.

Kinder mit ASS haben häufig ein starkes Interesse nur an bestimmten Teilen von Objekten, z. B. interessieren sie sich nur für die drehenden Räder an Spielzeugsautos und

sind weniger an dem Spielzeug an sich interessiert. Weiterhin zeigen sich Besonderheiten in der Wahrnehmung, manchmal mit ungewöhnlichen sensorischen Interessen. Kinder mit ASS können z. B. vom Anblick von bestimmten Gegenständen, von Glitzern, vom Geruch von Dingen oder vom Geschmack von Gegenständen fasziniert sein. Manche belecken oder beriechen häufig Gegenstände. Andere neigen dazu, sich mit dem Berühren oder der Oberfläche von Dingen zu beschäftigen.

Häufig kommen auch Überreaktionen auf Geräusche vor. Häufig besteht bei Kindern mit ASS eine hohe Lärmempfindlichkeit.

17.1.4 Diagnostische Kriterien und Unterscheidungen

Betroffene Eltern berichten je nach Ausprägungsgrad des Autismus sehr häufig von deutlichen Entwicklungsverzögerungen in den Bereichen Motorik, Sprache oder Sauberkeit schon in den ersten Lebensjahren des Kindes. Allerdings gibt es auch Formen, bei denen die Entwicklung der ersten Lebensjahre völlig unauffällig verläuft.

Es gibt ein breites Spektrum an Ausprägungsgraden von autistischen Störungen. Aus diesem Grund ist man dazu übergegangen, von Autismus-Spektrum-Störungen zu sprechen.



Es werden derzeit folgende Formen von Autismus unterschieden:

- ▶ Asperger-Syndrom
- ▶ Frühkindlicher Autismus (Kanner-Autismus)
- ▶ Atypischer Autismus

Alle drei Formen von Autismus haben grundsätzlich die oben genannten Merkmale in den drei Bereichen der Interaktion, der Kommunikation und der stereotypen Interessen.

Das Asperger-Syndrom unterscheidet sich vom frühkindlichen Autismus in der fehlenden Sprachentwicklungsverzögerung. Außerdem liegt kein allgemeiner kognitiver Entwicklungsrückstand vor.

Beim frühkindlichen Autismus liegt vor dem 30. Lebensmonat eine Entwicklungsverzögerung vor. Kinder mit frühkindlichem Autismus haben in den meisten Fällen auch eine kognitive Entwicklungsverzögerung, es gibt aber auch frühkindliche Autisten ohne kognitive Beeinträchtigungen („High Functioning-Autisten“).

Der atypische Autismus unterscheidet sich dadurch, dass die diagnostischen Kriterien nicht in allen drei Bereichen (Interaktion, Kommunikation und stereotype Interessen) erfüllt sind.



Autismus-Spektrum-Störungen (ASS)

- ▶ Es gibt ein großes Spektrum an Formen von Autismus. Jedes Kind mit ASS ist anders.
- ▶ Es besteht eine aktuelle Entwicklung, diese Einteilung der unterschiedlichen Formen des Autismus aufzugeben und nur noch von Autismus-Spektrum-Störungen zu sprechen.

Aus der Abkürzung „ASS“ leitet sich auch der Name des vorliegenden Programmes „FETASS“ ab.

17.2 Übung: Positive Beziehung

Wie kann ich die Beziehung zu meinem Kind fördern...?

Eltern von Kindern mit ASS fragen sich häufig, wie sie ihr Kind am besten unterstützen und fördern können. Hierfür ist der Aufbau einer guten Beziehung eine Grundvoraussetzung. Auch um neue Fertigkeiten aufbauen zu können braucht es eine gute Beziehung. Bei Kindern mit Autismus-Spektrum-Störungen ist jedoch genau diese Beziehungsaufnahme erheblich erschwert, da die Kommunikation und soziale Interaktion zu den hauptsächlichen Schwächen dieser Kinder gehören.

Hierfür ist es wichtig, sich folgende Gesichtspunkte immer wieder zu verdeutlichen: Kinder mit ASS nehmen ihre Umwelt auf eine besondere Art und Weise wahr und sie drücken sich ebenfalls besonders aus. Sie nehmen auf ihre Art und Weise Kontakt zu anderen auf und grenzen sich auch auf ihre Art und Weise von ihrer Umwelt ab. Für Eltern und ihre Umwelt ist das Verhalten von Kindern mit ASS manchmal nur schwer nachvollziehbar.

Eltern und Bezugspersonen fühlen sich häufig nicht wahrgenommen oder gar zurückgewiesen. Dies ist für die Eltern eine äußerst schmerzliche Erfahrung, die oft dazu führt, dass diese sehr verunsichert sind, wie sie sich ihrem Kind nähern sollen, so dass sich die Eltern womöglich ebenfalls aus der Beziehung zum Kind zurückziehen.

Trotzdem können aber auch immer wieder Momente des Kontakts (auch indirekten Kontakts) entstehen. Wichtig ist es, dass Eltern und Bezugspersonen offen sind für auch andere, ungewöhnlichere Arten der Kontaktaufnahme oder -gestaltung. Hilfreich kann es hier sein, sich zu vergegenwärtigen, wie das Kind von sich aus Kontakt aufnimmt, in welchen Situationen dies vor allem geschieht und welche Bedürfnisse das Kind ausdrückt bzw. zu befriedigen sucht. Sich solche „wertvollen Zeiten“ bewusst zu machen und zu suchen, kann für die Beziehung ungemein wichtig sein. Für eine gute Beziehung zum Kind müssen es nicht lange Zeiträume sein, die miteinander verbracht werden. Häufig sind kürzere Zeiten (z. B. 30 Sekunden) die wichtigeren Momente im alltäglichen Miteinander.



In welchen Situationen des Alltages verbringen Sie mit Ihrem Kind eine wertvolle Zeit? Bitte schreiben Sie diese Situationen auf:

17.3 Übung: Stärken des Kindes

Was kann mein Kind gut? Jedes Kind, ob wir es nun als normal oder autistisch bezeichnen, hat Stärken und Schwächen, hat Persönlichkeitsanteile, die in manchen Lebenssituationen hilfreich sind, und auch solche, die manchmal eher Probleme bereiten können. Gerade wenn der Alltag mit einem Kind mit ASS schwierig und anstrengend ist und die Bezugspersonen sich mit überfordernden Situationen konfrontiert sehen, ist es wichtig, sich zu erinnern, dass jedes Kind etwas Einzigartiges darstellt. Alle Kinder sind etwas Besonderes mit all ihren Stärken und Schwächen. Im Alltag geraten die Stärken bei Kindern mit ASS leicht aus dem Blick.



Notieren Sie, welche Stärken und Fähigkeiten Ihr Kind hat:

17.4 Hausaufgabe: Wertvolle Zeit



Installieren Sie mit Ihrem Kind regelmäßig eine „wertvolle Zeit“. Bitte protokollieren Sie diese und bringen Sie das Protokoll zur nächsten Sitzung mit.

Tag	Beschreibung der Aktivität	Dauer	Bemerkungen
Montag			
Dienstag			
Mittwoch			
Donnerstag			
Freitag			
Samstag			
Sonntag			

18 Sitzung 2: Informationen zu ASS (Teil 2)

Bettina Brehm, Judith E. Schill, Monica Biscaldi, Christian Fleischhaker

18.1 Warum verhält sich mein Kind so besonders?

18.1.1 Ursachen für die Entstehung von ASS

Im Folgenden werden Beobachtungen, die dem aktuellen Forschungsstand entsprechen, dargestellt. Die Befunde weisen in die Richtung, dass möglicherweise eine andere Informationsverarbeitung bei Kindern mit ASS vorliegt.

- Kinder mit ASS haben eine besondere Art und Weise, ihre Umwelt wahrzunehmen. Häufig findet sich eine auffällige Detailwahrnehmung. Die globale kontextgebundene Wahrnehmung und die Wahrnehmung von Gesamtzusammenhängen sind dagegen deutlich schwächer ausgebildet. Dies wurde in Studien untersucht und bestätigt und erklärt möglicherweise, warum Kinder mit ASS manche Situationen nicht verstehen oder vielleicht anders in bestimmten Situationen reagieren, wie wir es erwarten („Blick durchs Fernglas“).
- Bei Kindern mit ASS zeigt sich ein schlechteres Zusammenspiel zwischen Denken, Fühlen und sozialem Verständnis. Häufig verstehen sie soziale Situationen falsch, möglicherweise weil sie auf andere Reize achten.
- Kinder mit ASS zeigen Schwächen beim rechtzeitigen Vorausplanen, in der Hemmung von unangebrachtem Verhalten und der Initiierung neuer Verhaltensweisen. Häufig behalten Kinder mit einer autistischen Störung eine einmal eingeschlagene Strategie bei und passen diese nicht an den sich verändernden Kontext an.
- Kinder mit ASS scheinen eine veränderte Wahrnehmung bzw. veränderte Sinnesempfindungen zu haben. Das Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Fühlen scheinen anders zu sein.
- Typisch entwickelte Kinder lernen sehr viel über Beobachtung, v. a. in sozialen Situationen. Kindern mit ASS gelingt dieses Lernen am Modell deutlich schlechter. Sie „lesen“ nicht den sozialen Gehalt in den Gesichtern von anderen und ahmen andere Kinder oder Erwachsene in ihren Tätigkeiten nicht nach. Hinzu kommt, dass sich Kinder mit ASS oft aus Überforderung zurückziehen und stereotypes oder zwanghaftes Verhalten entwickeln oder sich mit ihrem eigenem Körper beschäftigen.
- Kinder mit ASS richten ihre Aufmerksamkeit nicht auf soziale Situationen und etablieren seltener Situationen der so genannten geteilten Aufmerksamkeit. Das heißt, sie können schlechter die Aufmerksamkeit eines anderen Erwachsenen z. B. auf einen äußeren Gegenstand lenken, so dass eine gemeinsame Aufmerksamkeit auf diesen Gegenstand entsteht.
- Ein weiterer Bereich, in dem Kinder mit ASS eine verzögerte Entwicklung aufweisen, ist das Konzept „**Theory of Mind**“. Hierunter versteht man ein Verständnis für soziale Kausalität, die Möglichkeit zur Perspektivübernahme und

Empathiefähigkeit. Kinder mit ASS scheinen z. B. mehr Schwierigkeiten zu haben, die Perspektive zu wechseln und sich in eine andere Person hineinzuversetzen als normal entwickelte Kinder. Diese „Theory-of-Mind“-Fähigkeiten werden implizit gelernt, entwickeln sich bei Kindern mit ASS häufig verzögert und sind oft auf einem nicht altersentsprechenden Entwicklungsniveau. Diese Fähigkeiten können Kinder mit Autismus-Spektrum-Störungen jedoch durch Übung verbessern (und stellen einen Schwerpunkt im Freiburger sozialen Kompetenz-Trainingsprogramm TOMTASS dar).

Als ursächliche Erklärung für das Auftreten einer Autismus-Spektrum-Störung wird eine genetische Anlage angenommen. Die ganz genauen ursächlichen Zusammenhänge bleiben aber letztendlich unklar. Man geht nicht von einer einzigen Ursache aus.

Als Ursache wird eine Vielzahl an genetischen und biologischen Faktoren diskutiert. Die Erklärung einer „kalten“ Mutter, die vielfach diskutiert wurde und wird, ist jedoch eindeutig widerlegt. Elterliches Verhalten ist keine Ursache für ASS, es kann – wie auch das Verhalten der gesamten weiteren Umwelt (Kindergarten, Schule, Freunde...) – die Symptomatik jedoch beeinflussen (Abb. 18.1).



Insgesamt wird gemäß des aktuellen Forschungsstandes von einem hohen genetischen Einfluss bei der Entstehung von Autismus-Spektrum-Störungen ausgegangen. Elterliches Verhalten ist keine Ursache für eine Autismus-Spektrum-Störung!

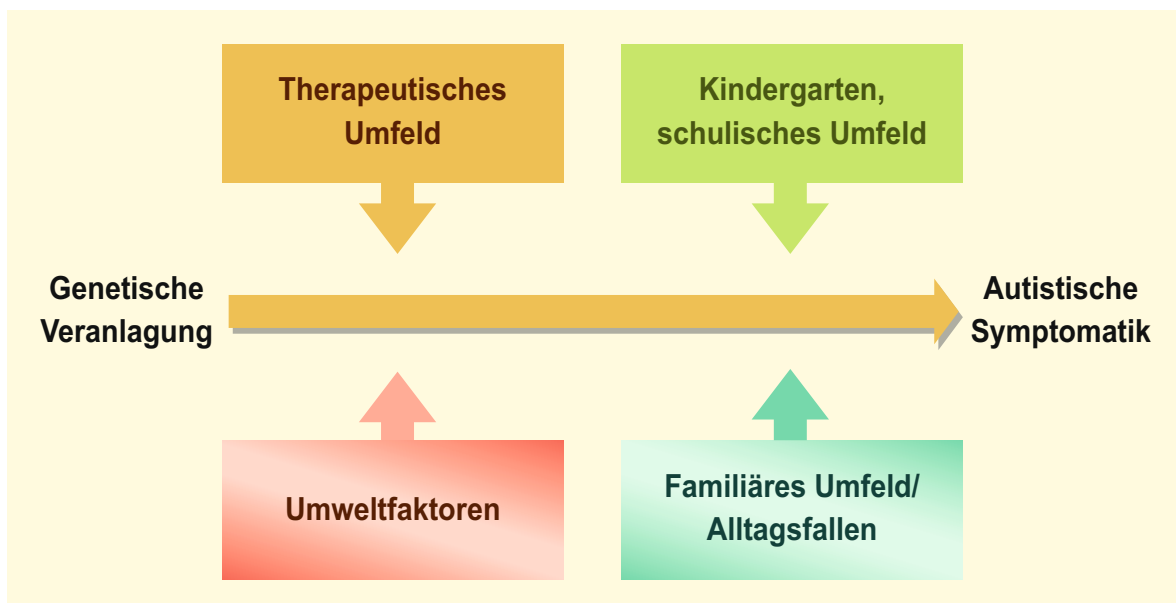


Abb. 18.1 Verhaltensbestimmende Faktoren des Kindes

Äußere Umwelteinflüsse sowie das elterliche Verhalten können aber dazu beitragen, die Anpassungsleistung und somit die Symptomatik bei ASS zu verbessern.

Wenn Sie Verhalten verändern möchten, dann ist es wichtig, sich der verschiedenen Faktoren bewusst zu sein, so dass eingesetzte Strategien zur gezielten Veränderung auch greifen können.

Neben erwünschten Faktoren gibt es auch eine Reihe an unbemerkten negativen Faktoren bzw. Vorgängen, die das Verhalten des Kindes beeinflussen.

18.2 Alltagsfallen: Faktoren aus dem familiären Umfeld, die das Verhalten von Kindern ungünstig mit beeinflussen

In der Erziehung von Kindern gibt es viele Faktoren in der Familie, die das Verhalten des Kindes mit beeinflussen können.



„Alltagsfallen“ in der Erziehung:

- ▶ Eskalationsfallen
- ▶ Zufällige Belohnungen von unerwünschtem Verhalten
- ▶ Ignorieren von erwünschtem Verhalten
- ▶ Ungünstige Anweisungen geben
- ▶ Negative emotionale Botschaften
- ▶ Ungünstiger Gebrauch von Konsequenzen
- ▶ Überzeugungen und Erwartungen von Eltern: erlernte Hilflosigkeit
„Es hilft ja sowieso nichts“
- ▶ Überforderung

18.2.1 Übung: Alltagsfallen

Setzen Sie sich in Kleingruppen zusammen und besprechen Sie, welche von den besprochenen Alltagsfallen Sie kennen.



Beschreiben Sie dann jeder für sich kurz eine Situation und die dazugehörige Alltagsfalle.

Situation	Alltagsfalle

18.3 Festlegung von Zielen

Bevor das Kind neue Fertigkeiten lernen soll, ist es wichtig festzulegen, was erreicht werden soll.

Wichtige Regeln für Zielsetzungen sind:

- Ziel muss beobachtbar sein.
- Ziel muss kleinschrittig sein.
- Ziel soll verhaltensnah sein.
- Ziel muss realistisch sein.
- Ziel muss positiv formuliert werden.
- Globalziel bestimmen und Teilschritte festlegen.



„Mein Kind kann lernen so wie andere Kinder und wie ich selbst auch. Es lernt aber langsamer und in kleineren Schritten.“

Mögliche Themenbereiche für Veränderungen:

- Reduktion von repetitivem Verhalten
- Kommunikationsfähigkeit verbessern
- Freundschaften aufbauen (Abb. 18.2)
- Blickkontakt verbessern
- Anweisungen befolgen
- Sprachverständnis verbessern
- Selbstversorgung/Selbstständigkeit verbessern
- Aggressivität und Wutanfälle reduzieren
- Hilfe holen
- Wünsche äußern

Ziel ist es, kleine Schritte zu gehen, das Kind nicht zu überfordern, aber gleichzeitig auch neue Fertigkeiten zu fördern. Es gilt, die Balance zwischen Herausforderung und Überforderung zu halten.

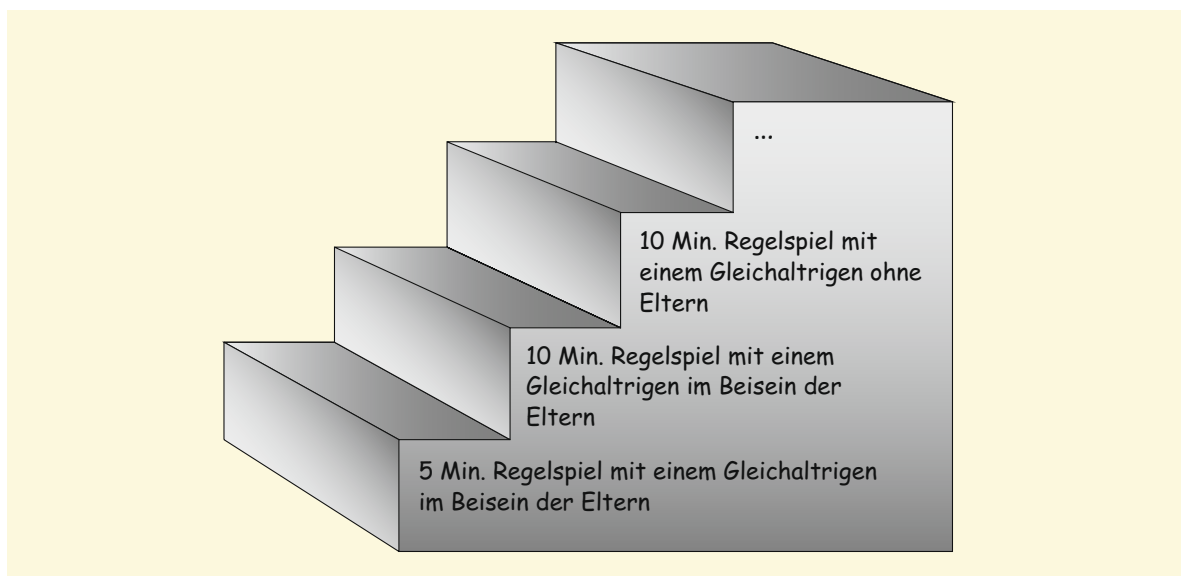


Abb. 18.2 Beispiel Freundschaft ausbauen

18.4 Hausaufgabe: Ziele für Verhaltensänderungen

18.4.1 Legen Sie Ziele für eine Verhaltensänderung bei Ihrem Kind und für eine Verhaltensänderung bei sich selbst fest

Formulieren Sie einen Themenbereich zur Veränderung und ein positiv formuliertes Globalziel, das Sie mit ihrem Kind bearbeiten möchten und zerlegen Sie das Ziel in drei Teilziele (Treppenstufen), die beobachtbar sind und die Sie mit ihrem Kind in den nächsten Wochen erreichen möchten (Abb. 18.3). Überprüfen Sie, ob die Teilziele genügend „klein“ und „wahrscheinlich“ sind. Bitte bringen Sie das Arbeitsblatt bearbeitet in die nächste Sitzung mit.



Mein nächstes Ziel für _____ (Name Ihres Kindes)



Themenbereich:



Globalziel:

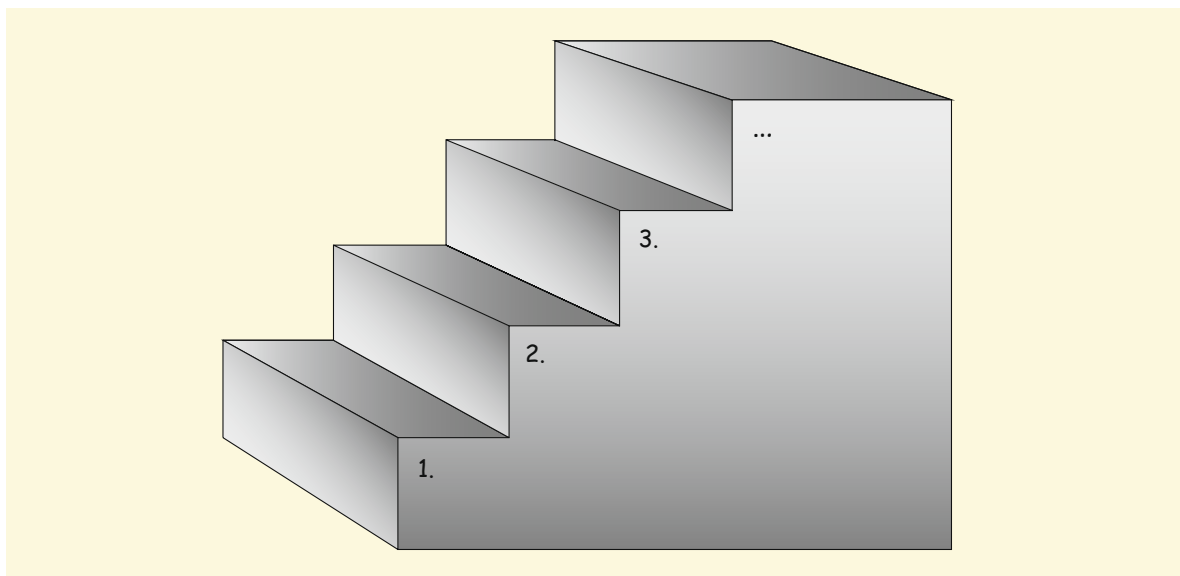


Abb. 18.3 Stufentreppe für Verhaltensänderungen 2

18.4.2 Mein eigenes nächstes Ziel für mein Verhalten

Formulieren Sie einen Themenbereich zur Veränderung und ein positiv formuliertes Globalziel, das Sie selbst bearbeiten möchten und zerlegen Sie das Ziel in drei Teilziele, die beobachtbar sind und die Sie in den nächsten Wochen erreichen möchten (Abb. 18.4). Überprüfen Sie, ob die Teilziele genügend „klein“ und „wahrscheinlich“ sind. Bitte bringen Sie das Arbeitsblatt bearbeitet in die nächste Sitzung mit.



Themenbereich:



Globalziel:

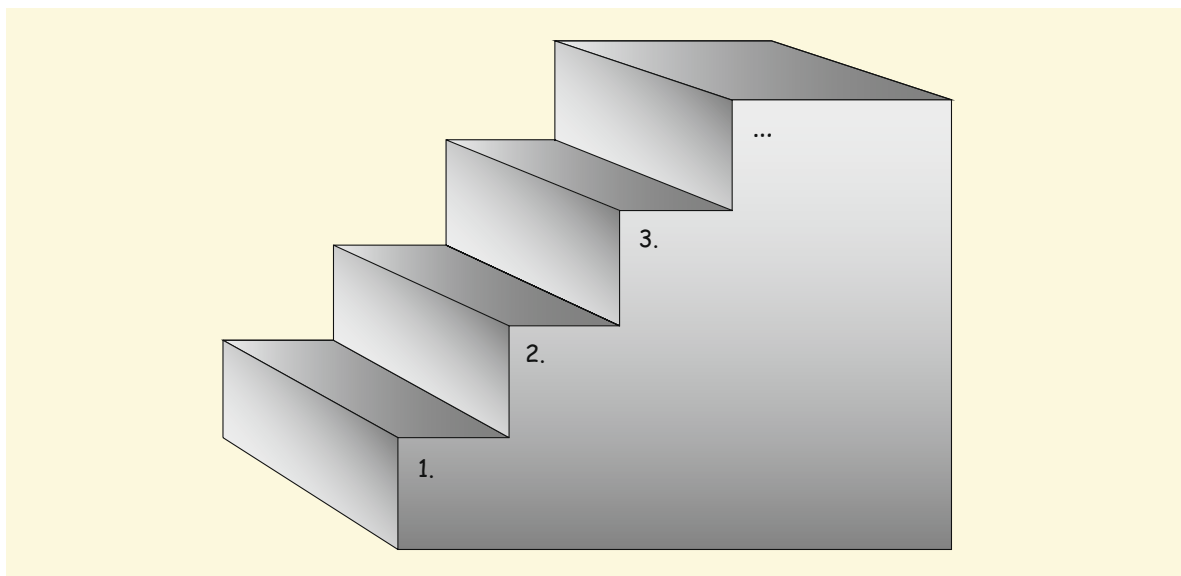


Abb. 18.4 Treppenstufen für Verhaltensänderungen 2 Stufentreppe

19 Sitzung 3: Strategien zur Alltagsstrukturierung

Bettina Brehm, Judith E. Schill, Monica Biscaldi, Christian Fleischhaker

19.1 Allgemeine Erziehungsprinzipien

- Für eine sichere und strukturierte Umgebung sorgen.
- Positive Beziehung fördern.
- Eine positive und anregende Förderatmosphäre schaffen.
- Sich konsequent verhalten.
- Realistische Erwartungen entwickeln.
- Die eigenen Bedürfnisse beachten.
- Balance zwischen Über- und Unterforderung herstellen.

19.1.1 Allgemeine Erziehungsprinzipien bei Kindern mit ASS

- Schaffen Sie eine positive und anregende Förderatmosphäre durch z. B. Hilfestellungen.
- Entwickeln Sie realistische Erwartungen: Akzeptieren Sie Grenzen beim Lernen, d. h. Ihr Kind benötigt mehr Hilfestellungen als andere und lernt langsamer.
- Üben Sie in den unterschiedlichsten Situationen und Kontexten, damit Ihr Kind das neu erlernte Verhalten auf andere Kontexte übertragen kann (Generalisierung).
- Gehen Sie nach dem Prinzip „Versuch und Irrtum“ vor: Nicht alle Strategien sind für jedes Kind geeignet.
- Versuchen Sie dann aber, ausgewählte Regeln und Strukturen konsequent einzuhalten.
- Versuchen Sie eine Balance zwischen Unter- und Überforderung herzustellen.

19.1.2 Übung: Balance zwischen Über- und Unterforderung



Notieren Sie Anzeichen von Überforderung bei Ihrem Kind:



Notieren Sie Anzeichen von Unterforderung bei Ihrem Kind:

19.2 Strategien zur Alltagsstrukturierung

Kinder mit ASS benötigen klare Strukturen, um sich im Alltag zurechtzufinden. Sie benötigen ein höheres Ausmaß an Strukturierung als gesunde Kinder. Durch eine besondere Strukturierung der Umwelt können sie lernen, Verhalten selbstständig zu zeigen, bzw. können sie bestimmte Fertigkeiten erlernen. Es gibt die unterschiedlichsten Strategien der Alltagsstrukturierung, die auch auf vielfältige Art und Weise miteinander kombiniert werden können.

19.2.1 Prompting

Eine Strategie der Alltagsstrukturierung ist das Prompting:

- Prompting = jede Art von Hilfestellung, die das Kind erhält, um ein gewisses Verhalten zeigen zu können.



Es gibt verbale, physische, visuelle, akustische oder Positionsprompts.

Verbale Prompts

Verbale Prompts können in Form von direkten Anweisungen oder als Fragen, die dem Kind „auf die Sprünge helfen“ sollen, gegeben werden.

Direkte Anweisungen sollten positiv formuliert sein, d. h. man sagt, was das Kind tun soll, und nicht nur, was es nicht tun soll. Direkte Anweisungen sollten weiterhin in direkter Imperativform („Zieh Dich an...“, „Setz Dich...“, „Behalte Deine Hände bei Dir“) und nicht als Frage formuliert sein.

Durch gezielte Fragen (z. B.: „Erinnerst Du Dich an das, was wir vereinbart haben?“ oder „Was tun wir als Nächstes?“) können Sie es dem Kind ermöglichen, alleine auf die Lösung zu kommen.

Physische oder gestische Prompts

Physische Hilfestellung = z. B. sanfter Körperkontakt, Führen der Hand in eine bestimmte Richtung, Hand auf die Schulter legen.

Gestische Hilfestellung = bestimmte Gesten/Handzeichen, deren Vorteil es ist, dass sie auch über eine räumliche Distanz gegeben werden können. Allerdings sollte die verwendete Gestik bezüglich ihrer Bedeutung explizit erklärt werden, da es bei Kindern mit ASS nicht selbstverständlich ist, dass die Bedeutung verschiedener Gesten intuitiv gelernt wurde.

Visuelle Prompts: Visualisierungen, Piktogramme

Visuelle Hilfestellungen stellen ein wichtiges Kommunikationsmittel für autistische Menschen dar. Visualisierungen können Bilder, Symbole, schematische Darstellungen, Photos... sein (Abb. 19.1).



Abb. 19.1 Kleiderhaken mit symbolischer Darstellung der Bekleidung

Diese Visualisierungen können z.B. Handlungsanweisungen untermauern, Markierungen darstellen, die eine leichtere Ordnung und Zuordnung erlauben, oder Erinnerungen an Regeln darstellen (Abb. 19.2 bis 19.6).



Abb. 19.2 Sanduhr zur Visualisierung der ablaufenden Zeit



Abb. 19.3 Prompt für sportliche Aktivitäten

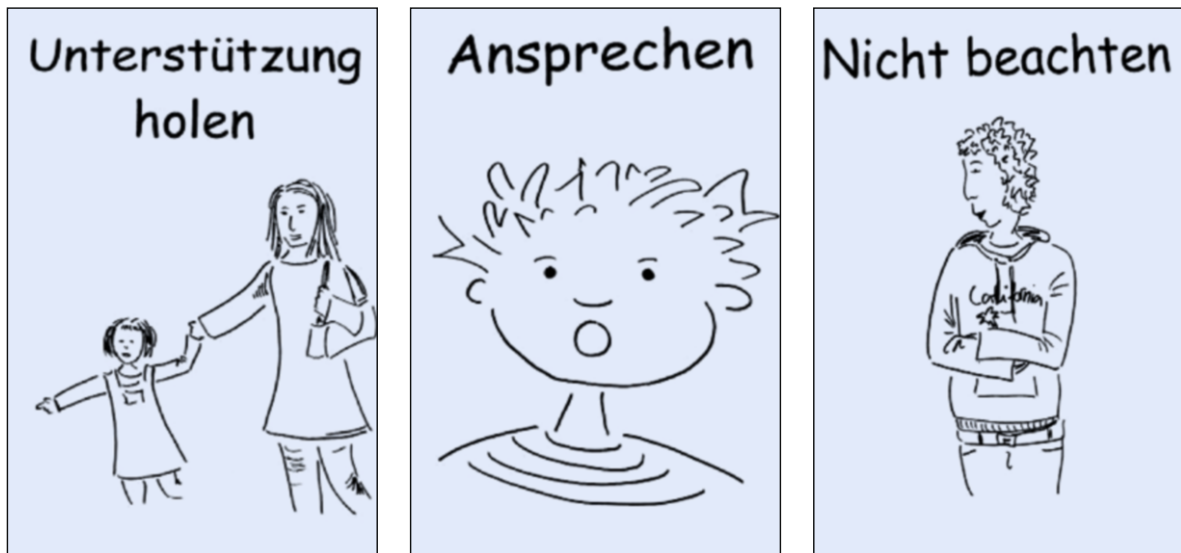


Abb. 19.4 Visualisierung von Regeln

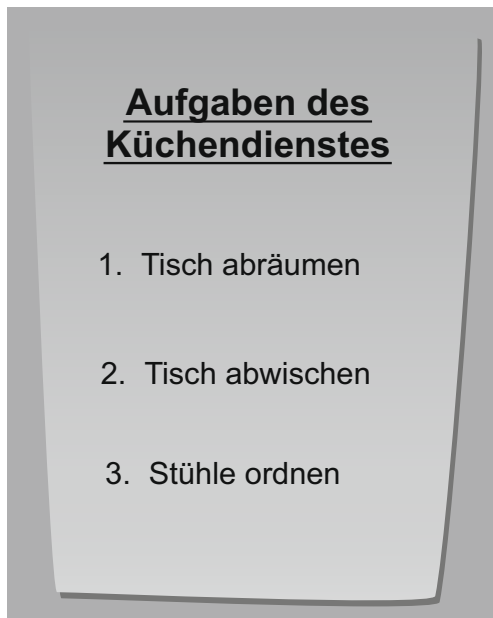


Abb. 19.5 Aufgabenliste zum Nachlesen

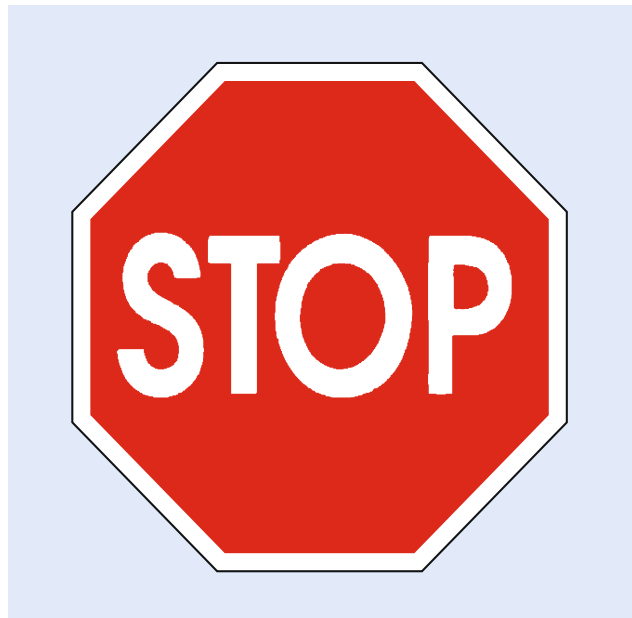


Abb. 19.6 Visueller Prompt: Verhalten sofort beenden!

Akustische Prompts

Akustische Prompts können als Aufforderungssignal oder als Information über die restliche, zur Verfügung stehende Zeit verwendet werden, z.B. Wecker, (Time-)Timer, Handy, Gong, Klangspiel (Abb. 19.7).



Abb. 19.7 Beispiel: Gong als akustischer Prompt

Positionsprompts

Ein Gegenstand steht immer an einem bestimmten Ort als örtliche Hilfestellung, wenn eine Tätigkeit ausgeführt werden soll, z.B. steht der Müllsack im Hausflur, um das Kind an die Aufgabe zu erinnern.



Abb. 19.8 Voller und zugebundener Müllsack im Müllbehälter (steht auf visuellem Prompt) als klares Signal, den Müllsack zu entsorgen

19.2.2 Fragen – Sagen – Tun

Beim Erlernen von neuen alltagspraktischen Fertigkeiten und komplexeren Abläufen hilft häufig die Abfolge von Fragen – Sagen – Tun.

Schritt 1 FRAGEN:

Fragen Sie Ihr Kind nach dem nächsten Schritt.

- Z. B. beim Anziehen:
„Was musst Du als erstes tun, wenn Du Dich anziehen sollst?“

Schritt 2 SAGEN:

Wenn Ihr Kind keine Antwort weiß, sagen Sie, was es tun soll.

„Wir suchen als erstes im Schrank aus, welche Kleidung Du anziehen willst.“

Schritt 3 TUN:

Helfen Sie Ihrem Kind, wenn es nicht alleine den Anfang findet, aber helfen Sie möglichst wenig.

- Gehen Sie mit Ihrem Kind zum Schrank und lassen Sie es allein die Türe öffnen...

Dann evtl. wieder zu Schritt 1 zurück.

19.2.3 Kalender, Wochen-/Tagespläne, Checklisten

Bereiten Sie Termine mit Kalendern vor, die Sie sichtbar aufhängen. Erstellen Sie Wochen- und/oder Tagespläne mit Aktivitäten, die Sie am Tag planen (Abb. 19.9). So kann häufig

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Ausschlafen	Ausschlafen
Schule	Schule	Schule	Schule	Schule	Frühstück	Frühstück
Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	gemeinsamer Frühst.
Hausaufgaben	Hausaufgaben	Hausaufgaben	Hausaufgaben	Hausaufgaben	Pausenzeit	Familien- ausflug mit Mittagessen
Pausenzeit	Therapie	△ Arzttermin	Schachverein	Pausenzeit	Famien- Feier	
Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen

Abb. 19.9 Beispiel für einen Terminkalender

Verhaltensproblemen vorgebeugt werden. Diese Kalender oder Pläne können auf eine Tafel gemalt oder mit Kreppband bestückt werden. Sie können Klammern verwenden, die signalisieren, welche Tätigkeit gerade ausgeübt wird. Komplexe Handlungsrouinen können auch als Einzelschritte in einer Checkliste oder „To-do-Liste“ aufgeschrieben und gemeinsam mit den Kindern abgehakt werden.

19.2.4 Einchecken/Auschecken

Ein- und Auschecken kann bei zeitlichen Handlungsabfolgen als Zeichen des Beginns und der Beendigung einer Handlung verwendet werden. Das Kind bekommt einen Gegenstand in die Hand, der auf den Zielort weist und den das Kind am Zielort an einen dafür vorgesehenen Ort ablegt und nach Beendigung wieder an den ersten Platz zurücklegt (Abb. 19.10).



Abb. 19.10 Beispiel: Karte für das Ein-/Auschecken zum Essen

19.2.5 Fertig-Korb

Der Fertig-Korb kann bei zeitlichen Handlungsabfolgen als Zeichen der Beendigung einer Handlung eingesetzt werden. Bei Beendigung einer Handlung kann der bearbeitete Gegenstand als Zeichen des Abschluss in den Fertig-Korb gelegt werden (Abb. 19.11).



Abb. 19.11 Beschrifteter Fertig-Korb

19.2.6 Ordnungssysteme

Bestimmte Ordnungs- und Ablagesysteme am Schreibtisch (Abb. 19.12), an der Garderobe, im Bade- oder Esszimmer können Handlungsfolgen erleichtern. Überlegen Sie, welche Ord-



Abb. 19.12 Beispiel für ein Ordnungssystem auf dem Schreibtisch

nungssysteme in welchem Alltagsbereich bei Ihrem Kind sinnvoll sein können. Möglich ist auch der Einsatz von farblichen Markierungen, z. B. Ablagen in rot = zu erledigen und grün = fertig einzuteilen. Ein weiteres Beispiel ist das Aufzeichnen der Umrisse von bestimmten Gegenständen um zu markieren, wo sie genau platziert werden sollen – sei es auf dem Schreibtisch oder an der Garderobe für die Schuhe (Abb. 19.13 und 19.14).



Abb. 19.13 Beispiel für die Kennzeichnung: Hierhin gehören die Schuhe!



Abb. 19.14 Beispiel für ein Piktogramm am Kleiderhaken: Hier ist der Platz für die Jacke!

19.2.7 Ablaufpläne

Komplexe Handlungsroutinen können in einer Abfolge von Bildern dargestellt werden, z. B. die morgendliche Routine mit Anziehen, Frühstück, Zähne putzen (Abb. 19.15 und 19.16).



Erstellung eines Ablaufplans:

1. Wählen Sie eine komplexe Handlungsroutine aus.
2. Zerlegen Sie die Routine in einzelne Handlungsschritte.
3. Jede einzelne Handlung wird nun durch ein anderes Bild dargestellt.
4. Hängen Sie den Ablaufplan an einem gut zugänglichen Ort auf.
5. Gehen Sie gemeinsam mit dem Kind die Handlungsschritte durch.
6. Ist eine Handlung beendet, hilft der Ablaufplan, welcher nächste Schritt nun folgt.
7. Günstig ist es, wenn Sie am Ende eines Ablaufplanes eine Handlung folgen lassen, die das Kind gerne ausübt.

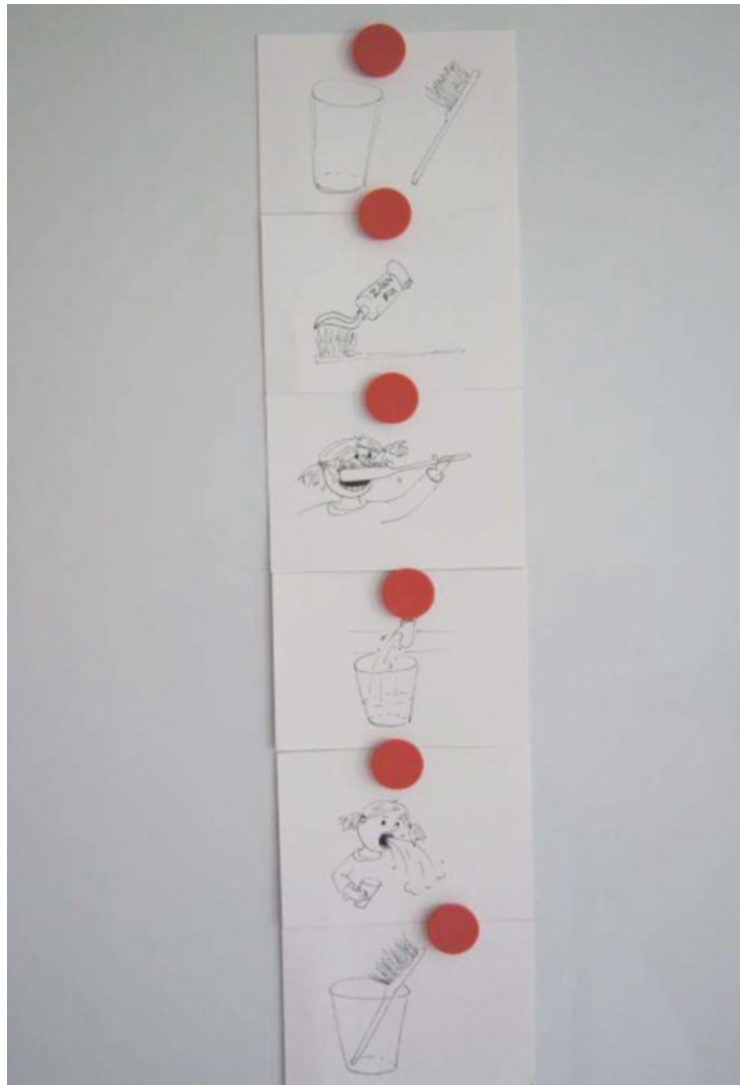


Abb. 19.15 Gesamter Ablaufplan zum Thema „Zähneputzen“ mit sechs Einzelbildern



Abb. 19.16 Detailaufnahme aus obigem Ablaufplan

19.2.8 Familienregeln

Stellen Sie als Eltern gemeinsam Regeln auf. Besprechen Sie die Regeln gemeinsam mit der gesamten Familie. Vielleicht gibt es auch Regeln, die den Kindern wichtig sind. Diese werden dann visualisiert oder verschriftlicht und sichtbar aufgehängt (Abb. 19.17). Erinnern Sie Ihr Kind an die Regel durch Zeigen auf die Bilder. Oder durch die Formulierung „Es gilt die Regel....“. Und üben Sie gezielt soziale Regeln ein.



Familienregeln:

- ▶ Nur wenige Regeln
- ▶ Fair und nachvollziehbar
- ▶ Leicht zu befolgen
- ▶ Durchsetzbar
- ▶ Positiv formuliert



Abb. 19.17 Beispiel für eine Familienregel, groß ausgedruckt und gut sichtbar an der Wand befestigt

Beispiel für den Einsatz von Familienregeln

Gemeinsam aufgestellte Familienregel:

- In einem Gespräch schauen wir die andere Person an.

Situation:

Ihr Kind dreht sich weg und redet vor sich hin, während Sie mit ihm sprechen.

- Gewinnen Sie die Aufmerksamkeit Ihres Kindes:
„Jan ...“
- Beschreiben Sie kurz das Problem mit einfachen Worten und ruhiger Stimme:
„... du drehst dich weg und schaust mich nicht an, während ich mit dir rede.“
- Erklären Sie kurz, warum das Verhalten ein Problem ist:
„So kann ich dein Gesicht nicht sehen.“
- Beschreiben Sie das vereinbarte Verhalten oder fragen Sie danach:
„Was hatten wir vereinbart, was wir in einem Gespräch machen?“
- Zeigen Sie auf die Regel.
- Lassen Sie Ihr Kind das vereinbarte Verhalten üben:
„Gut, dann dreh dich zu mir und schau mich jetzt an.“
- Loben Sie Ihr Kind für das richtige Verhalten:
„Toll, dass du dich umgedreht hast und mich anschaust.“

19.3 Selbstfürsorge

Der Alltag mit einem Kind mit ASS ist sehr anstrengend und geht häufig über die Grenzen der Belastbarkeit der Eltern hinaus. Da ist es normal und gesund, dass Sie auch Pausen benötigen, um dann wieder mit neuer Kraft den Alltag mit Ihrem Kind meistern zu können.

Ziehen Sie am gleichen Strang!

Der Umgang mit problematischen Verhaltensweisen gelingt am leichtesten, wenn alle Bezugspersonen sich einig sind, wie damit umgegangen wird.

Holen Sie sich Unterstützung!

Die Erziehung und Versorgung eines Kindes mit ASS ist oft sehr anstrengend und geht an die Grenzen der Belastbarkeit. Eine einzelne Person kann dies oft nicht bewältigen. Partner, Familienangehörige und Freunde können da gute Ansprechpartner und Hilfen sein. Viele Eltern empfinden es als hilfreich, sich mit Eltern in der gleichen Situation auszutauschen. Es gibt hierfür Elterninitiativen wie Elternstammtische, wie sie z. B. der Bundesverband „Hilfe für das autistische Kind“ anbietet.

Überlegen Sie, welche der bestehenden Unterstützungen Sie noch nicht in Anspruch genommen haben:

- ☐ Freunde
- ☐ Verwandte
- ☐ Nachbarn
- ☐ „Babysitter“
- ☐ Internet-Gruppen
- ☐ Elterninitiativen
- ☐ Jugend- und Sozialamt
- ☐ Autismusverband
- ☐ Fachärzte
- ☐ Therapeuten
- ☐ Heilpädagogik
- ☐ Fortbildungsstätten für Eltern
- ☐ Fachtagungen
- ☐ Spezielle Einrichtungen
- ☐ Wohngruppenangebote

Gönnen Sie sich Pausen: „Zeit für mich!“

Sie bewältigen Tag für Tag den Alltag mit einem Kind mit ASS. Sie brauchen als Eltern aber auch Zeit für sich – ohne Kind. Das ist ganz normal und gesund. Und enorm wichtig – für Sie selbst, für Sie als Eltern und als Paar.

Definieren Sie Ihre Grenzen der Strukturierung des Alltags!

Nicht alles können und müssen Sie strukturieren und nach den Bedürfnissen Ihres Kindes ausrichten. Es gibt vielleicht auch noch andere Geschwisterkinder und deren Bedürfnisse. Und es gibt vor allem auch Sie mit Ihren Bedürfnissen und Möglichkeiten. Es darf und muss auch Zeiten ohne/mit weniger Struktur geben.

19.3.1 Übung: Zeit für mich



Machen Sie eine Liste von angenehmen Aktivitäten, die Sie schon lange mal wieder gerne machen würden (und die realistisch umsetzbar sind!):

19.4 Hausaufgabe

19.4.1 Selbstfürsorge: „Zeit für mich“ umsetzen

Versuchen Sie, im Alltag eine „Zeit für mich“ konkret umzusetzen, und bereiten Sie die Umsetzung genau vor, indem Sie diese Zeilen ausfüllen:



Am _____ nehme ich mir vor, dass ich etwas für mich tue,



nämlich:



Ich frage folgende Person(en), ob sie in dieser Zeit die Betreuung meines Kindes übernimmt:



In dieser Zeit übernimmt die Betreuung meines Kindes/meiner Kinder:



Für die „Zeit für mich“ muss ich noch Folgendes organisieren:

19.4.2 Protokoll zur Umsetzung der Strategien zur Alltagsstrukturierung



Wählen Sie zwei Erziehungsprinzipien aus, die Sie in der nächsten Woche im Alltag umsetzen wollen, und schreiben Sie auf, was Sie in dieser Woche ausprobiert haben.



Strategien der Alltagsstrukturierung auf einen Blick:

- ▶ Verbale Prompts: direkte Anweisungen, Fragen stellen
- ▶ Physische oder gestische Prompts
- ▶ Visuelle Prompts: Visualisierungen, Piktogramme
- ▶ Akustische Prompts
- ▶ Fragen - Sagen - Tun-Strategie
- ▶ Kalender, Pläne, Checklisten
- ▶ Einchecken/Auschecken bei zeitlichen Handlungsabfolgen als Zeichen des Beginns und der Beendigung einer Handlung
- ▶ Ordnungssysteme
- ▶ Fertig-Korb bei zeitlichen Abfolgen als Zeichen der Beendigung einer Handlung
- ▶ Ablaufpläne
- ▶ Familienregeln

Ich habe eine Form von Prompting eingesetzt:



Situation:



Art des Prompting:



Das hat gut geklappt:



Das hat nicht so gut geklappt:

Ich habe die Fragen–Sagen–Tun-Strategie verwendet:



Fragen:



Sagen:



Tun:



Das hat gut geklappt:



Das hat nicht so gut geklappt:

Wir haben eine neue Form der Alltagsstrukturierung eingeführt:



Neue Alltagsstrukturierung:



Das hat gut geklappt:



Das hat nicht so gut geklappt:

Wir haben gemeinsam eine Familienregel aufgestellt:



Neue Familienregel:



Das hat gut geklappt:



Das hat nicht so gut geklappt:

20 Sitzung 4: Verhaltenstherapeutische Lernprinzipien (Teil 1)

Bettina Brehm, Judith E. Schill, Monica Biscaldi, Christian Fleischhaker

20.1 Wie kann ich angemessenes Verhalten fördern?

Die Verhaltenstherapie geht davon aus, dass jedes gezeigte Verhalten gelernt ist und damit auch wieder verlernt werden kann. Dabei werden unterschiedliche Lernprinzipien angenommen, die bereits gut wissenschaftlich überprüft wurden. Diese Lernprinzipien können auch Eltern im Umgang mit ihren Kindern beachten und sich zunutze machen, um ihnen Verhalten beizubringen.

Kinder mit ASS lernen nach den gleichen Prinzipien wie alle anderen Kinder auch. Sie benötigen nur mehr Lerndurchgänge und können Gelerntes schwerer auf andere Situationen übertragen. Jeder Mensch lernt aber Verhaltensweisen prinzipiell gleich.

20.1.1 Grundsatz für das Erlernen neuer Verhaltensweisen



Die Konsequenzen, die auf ein Verhalten folgen, sind zentral für die Wahrscheinlichkeit des Wiederauftretens dieses Verhaltens.

20.1.2 Lernprinzip: Positive Verstärkung

Als positive Verstärker bezeichnet man alles, was die Wahrscheinlichkeit erhöht, dass ein bestimmtes Verhalten in Zukunft häufiger gezeigt wird.

Bei Kindern mit ASS ist es nicht immer einfach, geeignete positive Verstärker zu finden. Dies liegt zum Beispiel daran, dass häufig persönliche Vorlieben schwer auszumachen sind oder dass körperlicher Kontakt oder Zuwendung manchmal als unangenehm erlebt wird.

Es kann eine entscheidende und langwierige Aufgabe der Eltern als „Experten ihres Kindes“ sein, geeignete positive Verstärker zu finden. Dies ist der erste Schritt, um dem Kind neue Lernmöglichkeiten zu eröffnen. Manchmal werden auch die Sonderinteressen als Verstärker eingesetzt.

Positive Verstärker



Übersicht positive Verstärker

- ▶ Essbare Verstärker:
z. B. Schokolade, Kekse
- ▶ Materielle Verstärker:
Lieblingsspielzeug, Beschäftigung mit Sonderinteressen
- ▶ Sprachliche Verstärker:
Lob, z. B.: „Das hast du gut gemacht, dass du gewartet hast.“
- ▶ Soziale Verstärker:
z. B. Kitzeln, Anlächeln, Daumen hoch Zeichen, gemeinsames Spiel/
Unternehmung, Zuwendung
- ▶ Symbolische Verstärker:
z. B. Klebebilder, Stempel, Punkte, Steine, Privilegien

Regeln für den Einsatz von Verstärkern



Verstärker:

- ▶ müssen unmittelbar nach dem Verhalten gegeben werden
- ▶ dürfen **nicht** unangemessenes Verhalten mitverstärken, das parallel gezeigt wird,
- ▶ können bei Bedarf kombiniert werden.
- ▶ müssen individuell für Ihr Kind ausgesucht werden.
- ▶ **Lieber „natürlichere“ und „soziale“ Verstärker, wie Spielen mit Spielzeug, als „künstliche“ oder materielle (z. B. Kekse). Bei Kindern mit ASS funktionieren die sozialen Verstärker zunächst weniger. Die Kinder müssen erst lernen, dass diese auch Spaß machen können.**

Übung: Positive Verstärker finden



Überlegen Sie jeder für sich: Welche positiven Verstärker funktionieren schon bei meinem Kind oder könnten funktionieren?



Schreiben Sie auf:



Kreuzen Sie auf der folgenden Verstärkerliste all die Verstärker an, die für Ihr Kind attraktiv sind oder attraktiv sein könnten.

Weitere Ideen für Verstärker:

Essen:

- ☐ Kaugummi
- ☐ Bonbons
- ☐ Lutscher
- ☐ Kekse
- ☐ Eis
- ☐ Chips
- ☐ Kuchen
- ☐ Obst
- ☐ Nüsse
- ☐ Rosinen
- ☐ Popcorn
- ☐ Schokolade

Getränke:

- ☐ Besonderes Getränk mit Kohlensäure
- ☐ Brause
- ☐ Milch
- ☐ Saft
- ☐ Drinkjoghurt
- ☐ Mit Röhrchen trinken

Gestalterisches:

- ☐ Kneten
- ☐ Sandeln
- ☐ Malen
- ☐ Holz schmiegeln
- ☐ Musik machen
- ☐ Singen
- ☐ Flöten
- ☐ Musik hören
- ☐ Tanzen
- ☐ Zeichnen
- ☐ Radieren

Sensorische Reize:

- ☐ Einen Applaus bekommen
- ☐ Glaslampe mit Bläschen
- ☐ Seifenblasen
- ☐ Getragen werden
- ☐ Knireiter spielen
- ☐ Duftlampe

- ☐ Schaukeln
- ☐ Sich spiegeln
- ☐ Wärme-/Kältekissen
- ☐ Sandlandschaften anschauen
- ☐ Wind im Gesicht mit Ventilatoren
- ☐ Wasserspiele
- ☐ Massageball
- ☐ Massiert werden
- ☐ Trommeln
- ☐ Etwas Glitzerndes anschauen

Spielzeug:

- ☐ Ferngesteuertes Auto
- ☐ Bauklötze
- ☐ Bauen
- ☐ Perlen auffädeln
- ☐ Schlüssel
- ☐ Spielzeuge, die vibrieren
- ☐ Spielzeuge, die aufleuchten
- ☐ Spielzeuge mit Geräuschen

Spiele:

- ☐ Computerspiele
- ☐ Computerpad
- ☐ Videospiele
- ☐ Fahrrad fahren
- ☐ Schwimmen gehen

Ausflüge:

- ☐ Strommasten anschauen gehen
- ☐ Windmühlen anschauen
- ☐ Ein Picknick machen
- ☐ Großeltern besuchen
- ☐ In Freizeitpark gehen
- ☐ In den Wald gehen
- ☐ In Geschäfte gehen
- ☐ Mit Mama oder Papa zur Arbeit mitgehen

Haushaltsaktivitäten

- ☐ Kochen
- ☐ Leibgericht zubereiten
- ☐ Kekse backen

Spielerische Belohnungen

- ☐ Murmeln
- ☐ Schrauben sammeln
- ☐ Punkte
- ☐ Aufkleber
- ☐ Sticker
- ☐ Urkunde

Aktivitäten

- ☐ Spazieren gehen
- ☐ In den Zoo gehen
- ☐ In den Zirkus gehen
- ☐ Länger aufbleiben
- ☐ Länger fernsehen
- ☐ Ins Kino gehen
- ☐ Baden
- ☐ Schwimmen gehen
- ☐ Freie Zeit erhalten
- ☐ Mit dem Hund raus gehen

Beschreibendes Lob

Achten Sie darauf, dass Sie Ihr Kind unmittelbar loben, wenn es ein Verhalten gezeigt hat, das Sie sich wünschen. Lob kann eine allgemeine Zustimmung sein (wie z. B. „Prima“, „Super“ oder aber auch eine genaue Beschreibung dessen, was Ihnen gut gefallen hat („Toll, dass Du getan hast, was ich gesagt habe.“).

Der Vorteil des beschreibenden Lobens liegt darin, dass das Kind dann genau weiß, welches Verhalten nun gelobt wird, und dieses Verhalten damit gezielter verstärkt wird.

***Ein beschreibendes Lob***

- ▶ beschreibt das Verhalten, das Sie mögen,
- ▶ ist eindeutig und konkret,
- ▶ wirkt am besten, wenn es begeistert ausgesprochen wird,
- ▶ soll ehrlich gemeint sein.

Beispiele für beschreibendes Loben

- „Ich finde es toll, dass du getan hast, was ich gesagt habe!“
- „Ich finde super, dass Du mich gerade bei Deiner Frage angeschaut hast!“
- „Du hast dich gerade sehr schnell wieder beruhigt. Das hast du sehr gut gemacht!“

Übung: Beschreibendes Lob

Formulieren Sie für die folgenden Situationen ein beschreibendes Lob:



1. Situation: Ihr Kind hat sich nach dem Abendessen gleich den Schlafanzug angezogen.



2. Situation: Ihr Kind hat sich während des Einkaufens ruhig verhalten.



3. Situation: Ihr Kind hat zusammen mit seinem Geschwisterkind gespielt.

20.2 Verstärkerplan vorbereiten und einsetzen

Um Lernfortschritte sichtbar und für das Kind Lern- und Verhaltensziele transparent sowie auch Belohnungen vorhersehbar zu machen, ist es hilfreich, einen Verstärkerplan zu entwickeln. Setzen Sie diesen ein, um erwünschtes Verhalten zu fördern. Ein Verstärkerplan muss gut vorbereitet sein und es benötigt Zeit, diesen zunächst allein, dann mit dem Kind zusammen vorzubereiten. Planen Sie unbedingt diese Zeit ein!

Schritt 1: Wählen Sie ein gut beobachtbares, positives Verhalten aus, das Ihr Kind erlernen soll, z. B. jemanden um Hilfe bitten, jemanden begrüßen, ein Kind fragen, ob es sich treffen möchte, in einer bestimmten Situation Gefühle äußern.

Schritt 2: Besorgen Sie sich die Verstärkermaterialien, die Sie benötigen (z. B. Stempel, Aufkleber, Karten, Steine, Smileys).

Schritt 3: Legen Sie fest, welche Belohnung Ihr Kind für eine Anzahl von Punkten/Aufklebern bekommt.

Schritt 4: Geben Sie Ihrem Kind jedes Mal sofort einen Punkt oder Aufkleber auf den Punkteplan, wenn es das erwünschte Verhalten gezeigt hat.

Schritt 5: Wenn es das festgelegte Ziel erreicht hat, bekommt das Kind die vereinbarte Belohnung.

20.2.1 Wichtige Regeln für die Vorbereitung und das Einsetzen von Verstärkerplänen

- Achten Sie auf konsequentes Einhalten des Planes (bereits bei der Planung darauf achten).
- Seien Sie sich bewusst, dass Sie den Plan über mehrere Wochen durchführen werden.
- Geben Sie sofort nachdem das Kind das gewünschte Verhalten gezeigt hat den Punkt oder die vereinbarte Belohnung.
- Je jünger das Kind ist, desto wichtiger ist es, dass die Belohnung zeitnah erfolgt.
- Das Verhalten muss gut beobachtbar, realistisch und positiv formuliert sein.
- Zunächst nur ein Verhalten herausnehmen.
- Am Anfang wählen Sie sich ein leichteres Ziel, so dass Ihr Kind nach spätestens zwei Tagen eine Belohnung bekommt.
- Besprechen Sie mit Ihrem Kind, für welche Anzahl an Punkten es eine Belohnung bekommt.
- Achten Sie auf umsetzbare, nicht zu schwierig zu organisierende und erschwingliche Belohnungen.
- Belohnungen müssen für das Kind attraktiv sein, am besten mit dem Kind gemeinsam auswählen.
- Belohnungen müssen im Verhältnis zur Schwierigkeit der Aufgabe stehen.

- Bereits erworbene Punkte können nicht mehr abgezogen werden.
- Keine Kritik vornehmen, wenn Ihr Kind den Punkt nicht erreicht hat.
- Wenn Ihr Kind jeden Tag den Punkt bekommt, können Sie das Ziel schwieriger machen. Die Anzahl der benötigten Punkte, die es für eine Belohnung benötigt, wird erhöht.
- Loben Sie Ihr Kind für angemessenes Verhalten.
- Beginnen Sie damit die Punktekarte nach und nach abzuschaffen, wenn das Kind das Verhalten häufiger zeigt. Machen Sie die Belohnungen weniger vorhersehbar, z. B. können Sie das angemessene Verhalten nur von Zeit zu Zeit belohnen.



Checkliste für die Vorbereitung und den Einsatz von Verstärkerplänen

	Antwort
1. Welches konkrete Verhalten soll das Kind zeigen (beobachtbar, positiv formuliert)?	
2. Was soll das Kind sammeln (Aufkleber, Stempel, Punkte, Smileys,...)?	
3. Wie viele soll das Kind davon sammeln, um eine Belohnung zu bekommen?	
4. Was soll die realistisch umsetzbar Belohnung sein?	
5. Was muss ich dafür besorgen/vorbereiten?	
6. Habe ich den Punkteplan gut mit meinem Kind besprochen?	

20.3 Hausaufgabe: Verstärkerplan

Bereiten Sie als Hausaufgabe einen Verstärkerplan vor und setzen Sie diesen ein. Verwenden Sie die Checkliste für die Planung des Verstärkerplanes (Abb. 20.1). Sie können die vorgeschlagene Punktekarte (Abb. 20.3) oder die Punkteschlange (Abb. 20.2) verwenden oder Sie verwenden eigenes Material. Bitte bringen Sie Ihren Plan zur nächsten Sitzung mit.

Spielregeln zum Punkteplan von _____:

Ich erhalte Punkte, wenn ich es schaffe, folgende Regeln einzuhalten:		dafür bekomme ich
1.		
2.		
3.		
4.		
Ich darf meine Punkte eintauschen:		
Anzahl	können eingetauscht werden in:	Anzahl
	können eingetauscht werden in:	



Datum: _____ Unterschrift: _____

© Tagesklinik der Uniklinik Köln • Prof. Dr. E. Schulz • Mai 2001

Abb. 20.1 Punkteplan

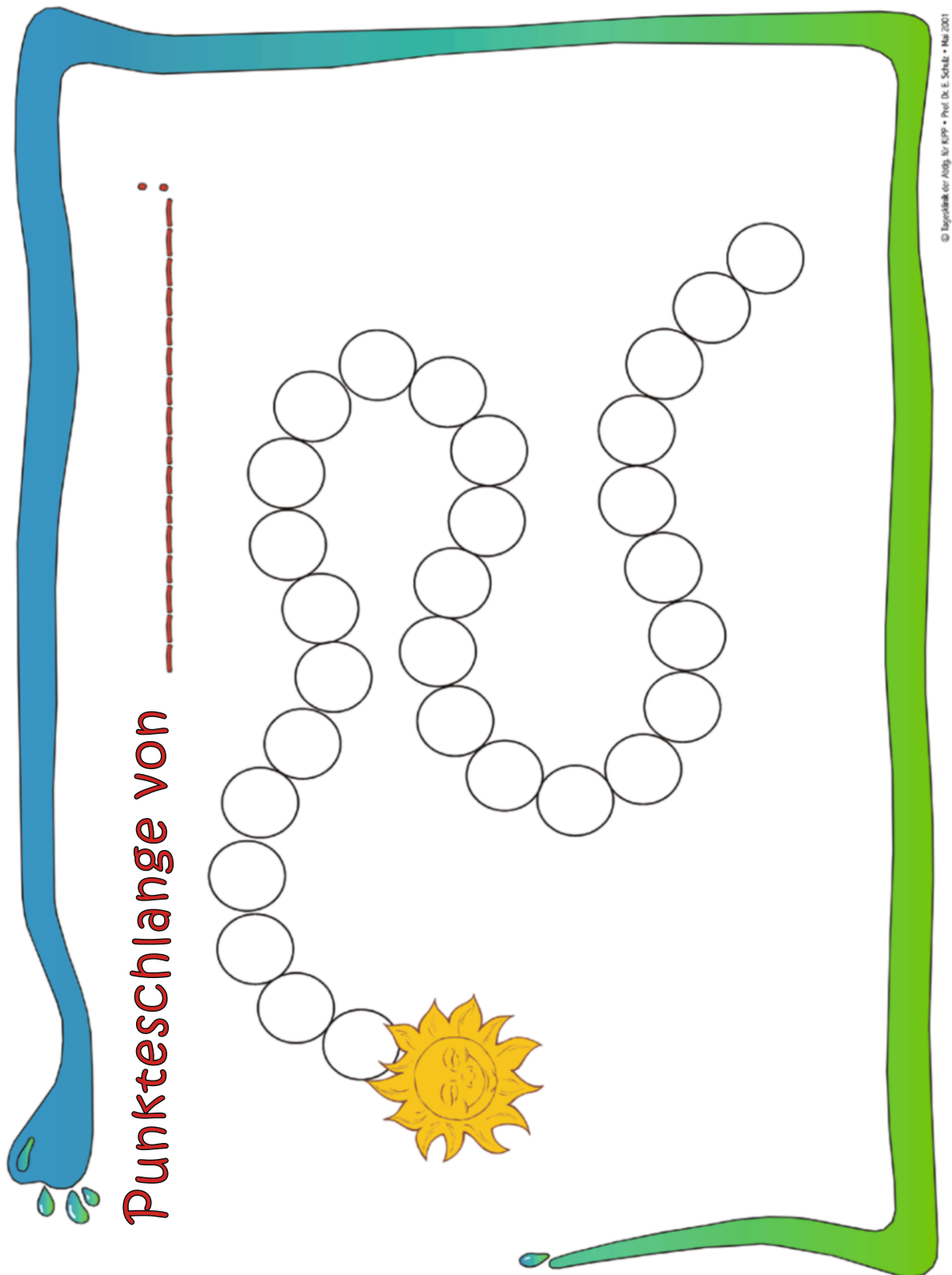


Abb. 20.2 Punkteschlange

**Verhalten:**

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Morgens							
Mittags							
Abends							

Vereinbarte Belohnung:

Abb. 20.3 Punktekarte

21 Sitzung 5: Verhaltenstherapeutische Lernprinzipien (Teil 2)

Bettina Brehm, Judith E. Schill, Monica Biscaldi, Christian Fleischhaker

21.1 Negative Verstärkung

Unter negativer Verstärkung versteht man die Wegnahme eines unangenehmen Reizes nach Zeigen eines erwünschten Verhaltens. Dies führt ebenfalls dazu, dass das erwünschte Verhalten häufiger gezeigt wird.

Beispiel: Familienfeier

Bei einer Familienfeier ist es sehr laut; Ihr Kind fühlt sich unwohl, jammert, weint und schreit. Ihr Ziel ist es, dass Ihr Kind seine Gefühle, seine Wünsche angemessen äußert. Nachdem Ihr Kind sein Gefühl angemessen geäußert hat (evtl. unterstützt durch einen Prompt), darf das Kind die Situation verlassen (= Verstärkung).

21.2 Shaping

Shaping ist eine Technik zum Aufbau von komplexeren Verhaltensweisen. Beim Shaping beginnt das Lernen beim ersten Schritt und jede schrittweise Annäherung in Richtung des Zielverhaltens wird verstärkt.

Beispiel: angemessenes Begrüßen einer anderen Person

1. Schritt: **Blickkontakt herstellen!**

— positive Verstärkung durch z. B. einen Stein

2. Schritt: **„Guten Morgen“ sagen!**

— positive Verstärkung

3. Schritt: **Hand geben!**

— positive Verstärkung

Bei fünf gesammelten Steinen können diese gegen eine Belohnung eingetauscht werden.

21.3 Chaining oder Rückwärtslernen

Chaining ist ebenso eine Technik zum Erlernen von komplexen Verhaltensketten. Allerdings beginnt das Lernen beim Chaining – im Gegensatz zum Shaping – beim letzten Schritt. Der Verhaltensaufbau findet „rückwärts“ statt. Dies hat den Vorteil, dass das Kind mit weniger

Aufwand schneller ans Ziel kommt. Chaining ist häufig motivierend, da Kinder die entscheidenden, letzten Schritte als Erstes lernen.

Beispiel: Verabredung mit Klassenkameraden am Telefon treffen

1. Schritt: Kind bekommt das Telefon erst bei bereits bestehender Verbindung zum Freund.

- Das Kind muss nur noch fragen, ob der Freund Zeit zum Spielen hat und wird dafür positiv verstärkt.

2. Schritt: Das Kind muss zunächst die Mutter des Freundes fragen, ob es diesen sprechen darf.

- Danach folgen das Gespräch mit dem Freund und die positive Verstärkung.

3. Schritt: Das Kind wählt selbst die Telefonnummer, beginnt selbst das Gespräch, fragt nach dem Freund und fragt, ob ein Treffen möglich ist.

- Dann erfolgt die positive Verstärkung.

21.4 Generalisierung

Unter Generalisierung versteht man, wenn ein gelerntes Verhalten auf mehrere Situationen übertragen werden soll.



Gelerntes Verhalten soll

- ▶ bei verschiedenen Personen,
- ▶ in verschiedenen Situationen,
- ▶ über einen längeren Zeitraum hinweg gezeigt werden (Aufrechterhaltung).

21.5 Negative Konsequenzen

Unter negativer Konsequenz versteht man das Lernprinzip, dass auf ein gezeigtes Verhalten eine negative Konsequenz folgt. Das gezeigte Verhalten wird in Zukunft weniger auftreten. Konsequenzen sollten zeitnah erfolgen, damit das Kind eine Verknüpfung zwischen unerwünschtem Verhalten und Konsequenz herstellen und lernen kann.

21.5.1 Logische Konsequenzen

Konsequenzen, die sich logisch aus der Situation ableiten lassen, werden logische Konsequenzen genannt. Logische Konsequenzen eignen sich vor allem bei leichtem Problemverhalten. Weitere negative Konsequenzen sind oft ungünstig, da das Kind kein angemessenes Verhalten erlernt.

Vorgehen:

- Wenn Ihr Kind eine Anweisung trotz Hilfestellungen nicht beachtet, sollten Sie eine Konsequenz auswählen.
- Wählen Sie eine Konsequenz, die sich aus der Situation ergibt (= logische Konsequenz).
- Beenden Sie oder unterbrechen Sie die Tätigkeit (die zu dem Problem geführt hat) für einen gewissen Zeitraum (zwischen 2 und 30 Min.).
- Lassen Sie dann Ihr Kind die Beschäftigung fortführen und prompten Sie Ihr Kind, was von ihm erwartet wird (auf Regeln hinweisen, verbale Prompts zu sozialen Fertigkeiten).

Beispiel

Bei einem Streit um Spielzeug wird das Spielzeug für wenige Minuten entfernt.

- Konkrete Aufforderung:
- „Hört auf, euch um das Spielzeug zu streiten, jeder darf abwechselnd ein Puzzleteil legen.“
- Kinder hören nicht auf zu streiten.
- Logische Konsequenz: kurzzeitiges Entfernen des Puzzles
- „Ihr streitet euch weiter um das Puzzle anstatt gemeinsam damit zu spielen, deshalb nehme ich es euch jetzt für 5 Minuten weg.“
- Nach 5 Minuten zurückgeben des Puzzles mit der Aufforderung:
- „Hier habt ihr euer Puzzle zurück, spielt miteinander und legt jetzt immer abwechselnd.“

21.5.2 Übung: Logische Konsequenzen

Ihr Kind klettert gefährlich auf der Rutsche herum.



Logische Konsequenz:

Ihr Kind spielt während des Essens mit seinem Trinken.



Logische Konsequenz:

Ihr Kind läuft während eines Spaziergangs zu weit weg.



Logische Konsequenz:

21.5.3 Einsatz von logischen Konsequenzen bei Kindern mit ASS

Bei Kindern mit ASS muss beim Einsatz der Konsequenzen überprüft werden, ob das Kind die dahinter stehende Regel und die Situation versteht. Weiß das Kind, was es falsch gemacht hat, und weiß es, was es stattdessen tun sollte? Falls nicht, sind eine Nachbesprechung der Situation und eine Erklärung zu den sozialen Regeln notwendig, damit das Kind aus der Situation lernen kann. Weiterhin muss überprüft werden, ob das Kind über die sozialen Fertigkeiten verfügt, seine Wünsche zu äußern und um Hilfe zu bitten. Falls nicht, sollte zuerst an diesem Ziel gearbeitet werden (s. neue Fertigkeiten fördern). Auch sollte geklärt sein, ob das Problemverhalten durch eine spezifische Schwäche ausgelöst wurde, die mit der Autismus-Spektrum-Störung in Zusammenhang steht. Wenn das Problemverhalten z. B. durch ein Abweichen von der Alltagsroutine zustande kam, dann könnte die Ursache für das Problemverhalten eine Überforderung des Kindes sein. Wenn dies vermutlich der Fall ist, sollte überlegt werden, ob durch weitere Maßnahmen der Alltagsstrukturierung oder durch den Aufbau neuer Fertigkeiten daran gearbeitet werden kann, dass das Problemverhalten zukünftig weniger auftritt.

21.6 Löschung

Bei dem Lernprinzip der Löschung wird das unerwünschte Verhalten weder positiv noch negativ verstärkt, sondern ignoriert. Das unerwünschte Verhalten tritt dann weniger häufig auf. Ignorieren (löschen) eignet sich insbesondere für leichtes Fehlverhalten. Eltern können in diesen Situationen das Verhalten löschen, indem sie ihre Aufmerksamkeit gerade nicht auf das Verhalten des Kindes lenken. Wenn das Kind sein Verhalten verändert und es sich wieder angemessen verhält, sollte dem Kind wieder Aufmerksamkeit geschenkt und es für das angemessene Verhalten belohnt werden (z. B. durch beschreibendes Lob).

Beispiel

Ihr Kind quengelt oder jammert, während Sie telefonieren, vor sich hin.

- Lenken Sie nicht die Aufmerksamkeit auf das Verhalten Ihres Kindes, sondern ignorieren Sie es durch Wegschauen.
- Wenn Ihr Kind sich wieder angemessen verhält (mit Jammern aufhört), dann wenden Sie sich ihm wieder zu und loben Sie es: „*Schön, dass du dir ein Buch anschaust, während ich telefoniere.*“

21.7 Hausaufgabe: Anwendung der Lernprinzipien auf individuelle Ziele

Nehmen Sie Ihr Arbeitsbuch aus Sitzung 2 (Kap. 18.3) zur Hand (Ziele). Überlegen Sie sich, welche der vorgestellten Lernprinzipien Sie anwenden könnten, um Ihr Globalziel mit den einzelnen Schritten der Stufentreppe zu erreichen (Abb. 21.1).



Alle Lernprinzipien auf einen Blick:

- ▶ Verbale Prompts (direkte Anweisungen, Fragen stellen)
- ▶ Physische oder gestische Prompts
- ▶ Visuelle Prompts: Visualisierungen, Piktogramme
- ▶ Akustische Prompts
- ▶ Fragen - Sagen - Tun
- ▶ Kalender, Pläne, Checklisten
- ▶ Einchecken/Auschecken
- ▶ Ordnungssysteme
- ▶ Ablaufpläne
- ▶ Familienregeln
- ▶ Positive Verstärkung
- ▶ Verstärkerplan
- ▶ Negative Verstärkung
- ▶ Shaping
- ▶ Chaining/Rückwärtslernen
- ▶ Generalisierung
- ▶ Negative/logische Konsequenzen
- ▶ Löschung



Festgelegtes Globalziel mit Kind:



Es können auch mehrere Lernprinzipien pro Stufe kombiniert werden!

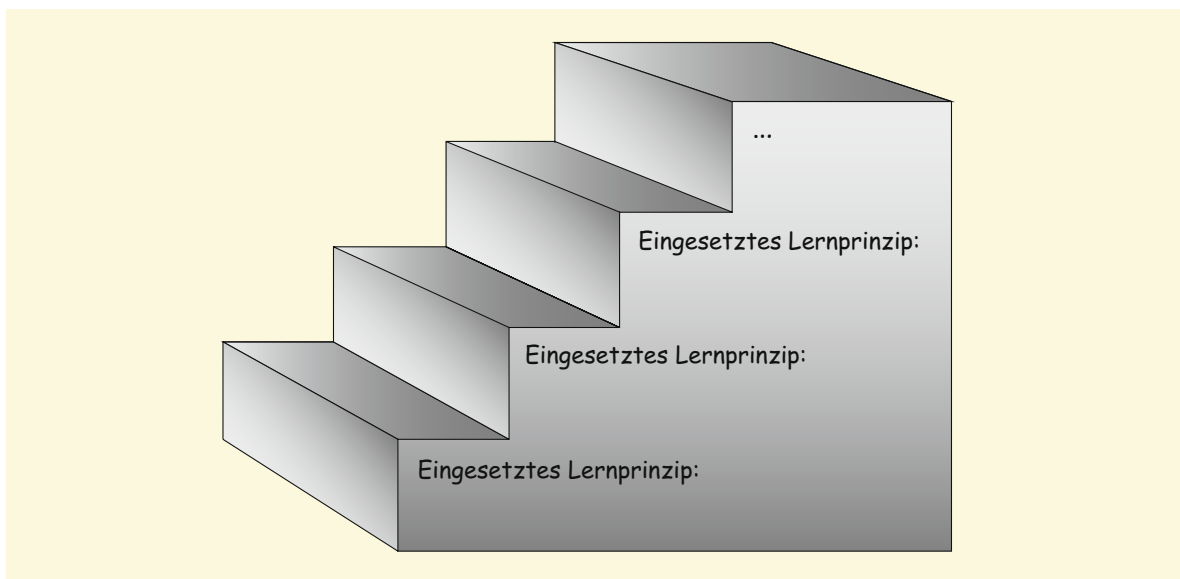


Abb. 21.1 Stufentreppe

22 Sitzung 6: Umgang mit autismus-spezifischen herausfordernden Verhaltensweisen (Teil 1)

Bettina Brehm, Judith E. Schill, Monica Biscaldi, Christian Fleischhaker

22.1 Systematische Verhaltensbeobachtung

Wenn ein problematisches Verhalten auftritt, ist es wichtig, in einem ersten Schritt eine systematische Beobachtung des Verhaltens vorzunehmen, um Hinweise auf auslösende Situationen oder aufrechterhaltende Faktoren zu erhalten. Nach der systematischen Beobachtung und Auswertung kann dann angemessener auf das Verhalten reagiert werden. Die systematische Verhaltensbeobachtung kann es leichter machen zu verstehen, warum sich ein Kind oder die weiteren beteiligten Personen in einer Situation wie verhalten.



Die systematische Verhaltensbeobachtung kann Antworten auf die folgenden Fragen geben:

- ▶ Welche möglichen Auslöser und Gründe gibt es für das Verhalten?
- ▶ Wie oft tritt das Verhalten auf?
- ▶ In welchen Situationen tritt es gehäuft auf?
- ▶ Gibt es wiederkehrende Verhaltensmuster?
- ▶ Wie konsequent reagiere ich?
- ▶ Was trage ich dazu bei, dass das Verhalten aufrechterhalten wird?
- ▶ Gibt es zufällige Belohnungen für das Problemverhalten?
- ▶ Gibt es Verbesserungen des Verhaltens nach Einsatz einer Erziehungsstrategie?

Verhaltenstagebuch

Beispiel

Problemverhalten	Wann und wo trat das Problemverhalten auf?	Was ging der Situation voraus?	Was passierte kurz danach? Wie habe ich reagiert?	Längerfristige Konsequenzen
Schreit laut herum und weint	Beim Anziehen	Konnte nicht „seine“ Samthose anziehen, da in der Wäsche	Zur Beruhigung Bonbon gegeben	Blieb zu Hause, nicht in die Schule gegangen
Schreit laut herum, schlägt sich	Dienstag morgen vor der Schule auf dem Bahnhof	Mussten uns beeilen und sind ungewohnten Weg zum Zug gegangen	Hat sich beruhigt, sind in ruhige Umgebung gegangen, Erklärung gegeben	Ich gehe nur noch gleiche Wege, gehe rechtzeitig aus dem Haus

22.2 Aufrechterhaltende Faktoren des Problemverhaltens entfernen

Überprüfen Sie, ob Sie durch zufällige Belohnungen unerwünschtes Verhalten bei Ihrem Kind verstärken. Problematisches Verhalten kann dadurch ungewollt in seiner Auftretenswahrscheinlichkeit gesteigert werden.



Zufällige Belohnungen in einer solchen Situation könnten sein:

- ▶ materielle Belohnungen,
 - ▶ für das Kind angenehme Aktivitäten,
 - ▶ Essen/Süßigkeiten,
 - ▶ Nachgehen von Sonderinteressen,
 - ▶ Vermeidung von weiteren Anforderungen.
- Das Kind darf z. B. zu Hause bleiben, darf ins Zimmer gehen und vermeidet somit die unangenehme Situation.

22.3 Unmissverständliche Anweisungen geben

Vermitteln Sie Ihrem Kind mit klarer, ruhiger Stimme, was es tun soll. Wenn Sie möchten, dass es mit einem Verhalten aufhören soll, formulieren Sie, was das Kind stattdessen tun soll: „Hör auf, Deinen Bruder zu schlagen, lass Deine Hände bei Dir.“ Verwenden Sie keine Fragen oder „Könntest Du ...?“-Sätze, sondern sagen Sie: „Zieh Deine Jacke an!“ Unterstützen Sie, wenn nötig, die Anweisung mit einem physischen Prompt.

22.3.1 Übung: Unmissverständliche Anweisungen geben

Ihr Kind wirft Spielzeug herum.



Unmissverständliche Anweisung:

Es ist Zeit, in die Schule zu gehen, und Ihr Kind muss sich anziehen.



Unmissverständliche Anweisung:

Ihr Kind schreit laut herum.



Unmissverständliche Anweisung:

22.3.2 Checkliste



Unmissverständliche Anweisungen geben

- ▶ Gewinnen Sie die Aufmerksamkeit Ihres Kindes
- ▶ Nähe zum Kind
- ▶ Physisches/visuelles/gestisches Prompting
- ▶ Namen nennen
- ▶ Geben Sie eine klare, ruhige und langsame Anweisung: nicht als Frage formulieren!
- ▶ Lassen Sie dem Kind kurz Zeit (5-10 sec.), Ihrer Anweisung zu folgen.
- ▶ Wenn das Kind nicht tut, um was Sie es gebeten haben, wiederholen Sie die Anweisung und geben Sie dem Kind eine Hilfestellung mit einem Prompt.
- ▶ Wenn das Kind weiterhin trotz Hilfestellung nicht tut, um was Sie es gebeten haben, dann lassen Sie eine Konsequenz folgen (logische oder negative Konsequenz, Auszeit).

22.4 Einüben von sozialen Regeln bzw. sozialen Skripten

Kinder mit ASS berücksichtigen häufig nicht die soziale Situation. Daraus entstehen schwierige Situationen, die mit Problemverhalten einhergehen. Besprechen Sie mit Ihrem Kind soziale Regeln. Erinnern Sie Ihr Kind immer wieder an die sozialen Regeln und erklären Sie explizit, wann und warum diese Regel wichtig ist. Setzen Sie für das Erinnern auch visuelle Hilfestellungen ein. Loben Sie Ihr Kind, wenn es sich an die soziale Regel hält. Regeln können recht einfach sein („Wir sehen uns an, wenn wir miteinander sprechen.“), sie können jedoch auch sehr komplex sein. Ein gleiches Verhalten kann in unterschiedlichen Situationen einmal passend sein, einmal gänzlich unangemessen wirken (z. B. Singen zu Hause im Zimmer oder lautes Singen im Laden, oder immer den gleichen Witz erzählen kann auch unpassend sein).

Es gibt auch komplexere Regeln und viele Nuancen, die im Alltag wichtig sein können, z. B. gibt es sehr feine Unterschiede, wann ein Verhalten „petzen“ sein kann und wann es „angemessenes Hilfeholen“ ist. Hierzu kann es hilfreich sein, eine kleine „Geschichte“ oder „soziales Skript“ (social story) dazu mit den Kindern aufzuschreiben. Schreiben Sie dabei über den Blickwinkel der anderen Person. Stellen Sie dem Kind Fragen wie: Was fühlst Du in dieser Situation? Was denkst Du? Wie fühlt sich die andere Person in einer solchen Situation? Was denkt die andere Person?

22.4.1 Checkliste

Sie können Ihr Kind auch immer wieder an die sozialen Regeln erinnern.



Erinnern an soziale Regeln:

1. Gewinnen Sie die Aufmerksamkeit des Kindes.
2. Beschreiben Sie kurz das Problem und erklären Sie, warum das Verhalten ein Problem ist.
3. Beschreiben Sie das richtige Verhalten und prompten Sie das Kind bezüglich der vereinbarten Regel. Visualisieren Sie evtl. die Regel für alle sichtbar (visueller Prompt).
4. Bitten Sie Ihr Kind, das vereinbarte Verhalten zu zeigen.
5. Loben Sie es für das gewünschte Verhalten (evtl. Punkteplan einsetzen).

22.5 Alternative soziale Fertigkeiten aufbauen

Wenn Sie das Gefühl haben, das Problemverhalten hängt mit Schwächen in sozialen Fertigkeiten zusammen, wie z. B. einer Unfähigkeit, einen Wunsch oder eine Bitte um Hilfe angemessen zu äußern, so geben Sie dem Kind zuerst eine Hilfestellung, indem Sie ihm sagen, was es stattdessen sagen oder tun soll. Helfen Sie dem Kind, alternatives Verhalten aufzubauen. Und äußern Sie Ihr Gefühl dazu.

Beispiele

Wünsche äußern:

„Hör auf, mit Sachen zu werfen, sprich mit ruhiger Stimme, was dich wütend macht.“

„Hör auf zu schreien, sag: Es ist mir hier zu laut, ich möchte in einen ruhigeren Raum.“

„Hör auf, dich zu schlagen. Sag stattdessen: Ich möchte gerne meine Lieblingssamthose anziehen.“

Um Hilfe bitten:

„Hör auf, dich zu beißen. Sag: Hilf mir bitte!“

22.6 Theory-of-Mind-Fähigkeiten einüben

Üben Sie mit Ihren Kindern das Eindenken in andere Person ein. Dies können Sie anhand von Bildergeschichten, Bildern, Rollenspielen oder Spielen zur Gesichtererkennung tun. Fast jedes Photo, Bild, Comic oder Bildergeschichte eignet sich zum Einüben der Fähigkeit, sich in den anderen hineinzudenken. Seien Sie bereit dazu, soziale Missverständnisse im Alltag aufzuklären.

22.7 Auszeiten

Auszeiten eignen sich bei schwerwiegenderem Problemverhalten, z. B. „anderen wehtun durch Schlagen bei Wutausbrüchen“. Sie dienen dazu, dass das Kind lernt, mit seinen Wutausbrüchen umzugehen. Das Kind soll in der Auszeit lernen, sich selbst in seinen Emotionen zu regulieren. Die Auszeit kann auch Eskalationen verhindern, z. B. dass die Eltern selbst wütend werden und sich nicht mehr unter Kontrolle haben. Planen und bereiten Sie die Auszeit mit Ihrem Kind vor.

22.7.1 Checklisten



Auszeiten vorbereiten

- ▶ Wo soll die Auszeit stattfinden?
Geeigneten Raum auswählen: sicher, hell, nicht interessant, kein Nachgehen der Sonderinteressen möglich.
- ▶ Wie soll das Kind darauf vorbereitet werden?
Regeln, Ablauf und Ziel der Auszeit (Kind soll lernen, sich selbst zu beruhigen) mit dem Kind vorbesprechen.
- ▶ Wann erfolgt die Auszeit?
Bei schwerwiegendem Problemverhalten.
- ▶ Wie lange dauert sie?
2-5 Minuten.
- ▶ Wann kann das Kind wieder raus kommen?
Nach der vereinbarten Zeit und wenn es sich wieder beruhigt hat (Zeit zählt ab Zeitraum der Selbstberuhigung).
- ▶ Was kommt nach der Auszeit?
Nach der Auszeit dem Kind die Möglichkeit geben, sich wieder angemessen zu verhalten. Wenn nötig prompten.



Auszeiten einsetzen

1. Geben Sie eine klare, ruhige und langsame Anweisung: „Hör auf, deinen Bruder zu treten. Behalte deine Füße bei dir und sag mit ruhiger Stimme, was du von ihm möchtest.“
2. Wenn Ihr Kind tut, worum Sie es gebeten haben, dann loben Sie Ihr Kind.
3. Wenn Ihr Kind nicht das macht, worum Sie es gebeten haben, dann bringen Sie es für einen kurzen Zeitraum in die Auszeit und sagen Sie Ihrem Kind mit ruhiger Stimme, warum Sie es tun: „Weil du nicht aufgehört hast, deinen Bruder zu treten, gehst du jetzt für 2 Minuten in die Auszeit.“
4. Wenn sich Ihr Kind im Auszeitraum beruhigt hat, dann lassen Sie es wieder am Geschehen teilhaben.
5. Loben Sie Ihr Kind für angemessenes Verhalten.

6. Falls Ihr Kind eine Anweisung noch ausführen muss, stellen Sie Ihre Anweisung erneut. Wenn Ihr Kind jetzt Ihre Anweisung befolgt, loben Sie Ihr Kind. Falls nicht, dann schicken Sie Ihr Kind erneut in die Auszeit.
7. Wenn Ihr Kind sich in der vorgegebenen Zeit nicht beruhigt hat, dann verlängern Sie die Auszeit. „Weil du noch nicht ruhig geworden bist, bleibst du jetzt für weitere 2 Minuten in der Auszeit.“

22.7.2 Einsatz der Auszeit bei Kindern mit ASS

- Prüfen Sie, ob der Einsatz bei Ihrem Kind und in dieser Situation überhaupt sinnvoll und angemessen ist.
- Achten Sie darauf, dass der Raum geeignet und ungefährlich für Ihr Kind ist.
- Wenn Ihr Kind zu Selbstverletzungen oder zu gefahrenblindem Verhalten neigt, dann sollten Sie Ihr Kind im Auszeitraum nicht unbeaufsichtigt lassen.
- Setzen Sie die Auszeit nicht ein, wenn Ihr Kind dadurch belohnt wird. Kinder mit ASS wollen häufig allein sein und neigen dann dazu, sich vermehrt mit stereotypem Verhalten zu beschäftigen (z. B. Jonas ist unruhig am Tisch und hält sich nicht an die Regel. Die Eltern bestimmen, dass er in der Auszeit allein essen soll. Das Kind umgeht dadurch die unangenehme soziale Situation und wird letztendlich belohnt).
- Eine Auszeit soll nicht dazu dienen, soziale Situationen zu umgehen, sondern die Auszeit soll dem Kind helfen, mit starken Gefühlen wie Wut umgehen zu lernen.
- Besprechen Sie die Auszeit mit dem Kind nach: Kennt das Kind die soziale Regel? Hat es die Situation verstanden? Gab es Hinweisreize, die für das Kind zur Einordnung der Situation wichtig gewesen wären?
- Wichtig: Besprechen Sie erst nach, nachdem sich Ihr Kind beruhigt hat. Kinder mit ASS beruhigen sich oftmals sehr viel langsamer als andere Kinder.

22.8 Hausaufgabe: Verhaltensbeobachtung

Führen Sie ein Verhaltenstagebuch über herausfordernde Verhaltensweisen bei Ihrem Kind bis zur nächsten Sitzung.

Setzen Sie bis zur nächsten Sitzung zwei der heute besprochenen Erziehungsstrategien zum Umgang mit herausforderndem Verhalten ein und protokollieren Sie in der Tabelle „Umgang mit herausforderndem Verhalten“, was gut funktioniert hat und was schwierig war.



Umgang mit herausforderndem Verhalten – alle gelernten Strategien auf einen Blick!

- ▶ Systematische Verhaltensbeobachtung
- ▶ Aufrechterhaltende Faktoren des Problemverhaltens entfernen
- ▶ Unmissverständliche Anweisungen geben
- ▶ Einüben von sozialen Regeln bzw. sozialen Skripten
- ▶ Alternative soziale Fertigkeiten aufbauen
- ▶ Einüben von Theory-of-Mind-Fähigkeiten
- ▶ Logische Konsequenzen (Sitzung 5 Kap. 21.5.1)
- ▶ Auszeiten einsetzen



Verhaltenstagebuch

Problemverhalten	Wann und wo trat das Problemverhalten auf?	Was ging der Situation voraus?	Was passierte kurz danach? Wie habe ich reagiert?	Längerfristige Konsequenzen

Häufigkeitsbogen



Umschriebenes Verhalten: _____

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
Tagessumme							



Hausaufgabenprotokoll: Strategien zu herausforderndem Verhalten

- ▶ Führen Sie eine systematische Verhaltensbeobachtung über herausfordernde Verhaltensweisen bei Ihrem Kind bis zur nächsten Sitzung durch.
- ▶ Setzen Sie bis zur nächsten Sitzung zwei der heute besprochenen Erziehungsstrategien zum Umgang mit herausforderndem Verhalten ein und protokollieren Sie, was gut funktioniert hat und was schwierig war.
- ▶ Setzen Sie die Checkliste zum Nachbesprechen ein

Situation	Beschreibung des herausfordernden Verhaltens?	Eingesetzte Strategie	Was hat gut funktioniert	Was war schwierig

Was war schwierig				
Was hat gut funktioniert				
Eingesetzte Strategie				
Beschreibung des herausfordernden Verhaltens?				
Situation				

23 Sitzung 7: Umgang mit autismus-spezifischen herausfordernden Verhaltensweisen (Teil 2)

Bettina Brehm, Judith E. Schill, Monica Biscaldi, Christian Fleischhaker

23.1 Umgang mit kritischen Situationen

Kinder mit ASS können mit neuen, ihnen unbekannten Situationen häufig nur schwer umgehen. Sie reagieren darauf mit starker Verunsicherung, Orientierungslosigkeit, Wutanfällen oder auch panischen Zuständen. Eltern können einige Probleme vermeiden, wenn sie die persönlichen Risikosituationen mit ihren Kindern vorausplanen. Anhand der systematischen Verhaltensbeobachtung können potentiell schwierige Situationen, in denen häufig herausforderndes Verhalten auftritt, erkannt werden. Der Schlüssel im Umgang mit kritischen Situationen kann oft in der Vorbereitung mit den Kindern auf diese Situationen liegen. Das Ausarbeiten eines „Wegweisers“ durch die Risikosituation muss im Voraus stattfinden und dient dazu, diese kritischen Situationen besser zu bewältigen.

23.1.1 Übung: Kritische Situationen erkennen

Denken Sie an Risikosituationen, in denen Sie es besonders schwierig finden, mit dem Verhalten Ihres Kindes umzugehen. Markieren Sie die Situationen, die für Ihre Familie relevant sind und notieren Sie weitere eigene schwierige Situationen.



Situationen zu Hause:

- ☐ Essen
- ☐ Schlafen gehen
- ☐ Sich anziehen
- ☐ Zähne putzen
- ☐ Sich waschen
- ☐ Auf Toilette gehen
- ☐ Wenn Besuch kommt
- ☐ Wenn etwas zu Hause verändert wird
- ☐ Sich vorbereiten zum Gehen
- ☐ Anforderungen nachkommen
- ☐ Spielsituationen mit Geschwistern/anderen Kindern
- ☐ Beim Telefonieren
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____



Situationen in der Öffentlichkeit:

- ☐ Beim Einkaufen
- ☐ Im Restaurant
- ☐ Bei einer Familienfeier
- ☐ In der Kirche
- ☐ Auf dem Spielplatz
- ☐ Zu Besuch bei anderen
- ☐ In der Straßenbahn, im Bus, ...
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

23.1.2 Checkliste: „Wegweiser für kritische Situationen“



1. Welche Erkenntnisse haben Sie aus der systematischen Verhaltensbeobachtung gewonnen?



2. Bereiten Sie sich selbst vor (Welche Situation? Wann? Wie lange? Mit wem? Wo?).



3. Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, wie der genaue Ablauf sein wird.



4. Sprechen Sie über die Regeln, die das Kind in dieser Situation einhalten soll.



5. Überlegen Sie sich bevorzugte Beschäftigungen oder mögliche Veränderungen der Umgebung, damit die Situation für das Kind bewältigbar wird.

Mögliche Beschäftigungen:



Mögliche Veränderungen der Umgebung:



6. Belohnen Sie angemessenes Verhalten. Welche Belohnungen gibt es? Was brauchen Sie dafür (Verstärker, Punktekarte,...)?



7. Setzen Sie Konsequenzen bei Problemverhalten ein, legen Sie diese vorher fest.



8. Führen Sie eine Nachbesprechung durch.

23.1.3 Wegweiser für kritische Situationen – zwei Beispiele

Beispiel 1

Ausgangssituation:

- Max stört und unterbricht Mutter häufig beim Telefonieren.

Erkenntnisse aus der Verhaltensbeobachtung:

- Max ist gelangweilt oder gestört durch die Unterbrechung.
- Ich bin schnell auf „180“ und schreie ihn an.
- Es gibt keine einheitlichen Regeln, mal verlange ich dies, mal jenes.
- Es ist mir unangenehm, während des Telefonats Max Anweisungen zu geben.

Vorbereitung:

- Ich telefoniere an meinem Schreibtisch im Schlafzimmer.
- Wichtige Telefonate versuche ich abends oder morgens zu führen.
- Ich stelle für Max eine Telefonzeit-Spielkiste zusammen. Diese steht auf dem Regal über dem Telefon.
- Zu Beginn werde ich das Gespräch kurz unterbrechen, Max in sein Zimmer schicken, an die Regeln erinnern und ihm die Telefonzeit-Spielkiste geben.

Ablauf:

„Max. Wenn ich telefonieren muss, dann gehe ich ins Schlafzimmer. Du bleibst solange in deinem Zimmer und spielst ruhig, bis ich wieder zu dir zurückkomme. Während der Zeit des Telefonats bekommst du eine Spielkiste, mit der du dich beschäftigen kannst. Wenn du dich an die Regeln gehalten hast, dann erhältst du zur Belohnung etwas aus der Schatzkiste. Wenn du aber die Regeln nicht einhältst, also aus dem Zimmer kommst, laut rufst oder schreist, dann musst du 10 Minuten früher ins Bett.“

Regeln für Max:

- Ich bleibe in meinem Zimmer, bis Mama wieder zu mir kommt.
- Ich verhalte mich ruhig und spiele.

Bevorzugte Beschäftigungen/Veränderungen der Umgebung:

- Ich stelle für Max eine Telefonzeit-Spielkiste zusammen mit Comics, Wissens- und Rätselbüchern sowie Geschicklichkeitsspielen. Diese Kiste erhält er nur, wenn ich telefoniere.
- Ich schicke Max in sein Zimmer und gehe an meinen Schreibtisch im Schlafzimmer zum Telefonieren.

Belohnung:

- Max darf sich etwas aus der Schatzkiste aussuchen.

Konsequenzen bei Problemverhalten:

- 10 Minuten früher ins Bett.

Nachbesprechung:

- Nach dem Telefonat loben nicht vergessen! Spielkiste wieder aufräumen.

Beispiel 2**Ausgangssituation:**

- Es steht eine Familienfeier an. Tim hasst solche Feiern, zeigt dort dann häufig Tobsuchtsanfälle. Die restliche Familie möchte aber gerne hinfahren und teilnehmen.

Erkenntnisse aus der Verhaltensbeobachtung:

- Die vielen Leute, die unbekannte Umgebung und der Lärm sind Stressmomente für Tim.
- Es gibt selten Rückzugsmöglichkeiten, bzw. wir kennen sie nicht.
- Wir als Eltern versuchen dann, beide auf Tim einzuwirken, bei ihm zu sein. Keiner hat dann was von der Feier.
- Erst wenn Tim seinen Wutanfall hat, reagieren wir und gehen mit ihm ins Freie.
- 30–45 Minuten hält Tim gut aus.
- Tim kommt zu spät ins Bett, der nächste Tag ist dann wieder katastrophal.
- Es gibt Freunde/Verwandte, die gut mit Tim können.

Vorbereitung:

- Ich rufe Tante Sophia an und erkundige mich genau, wie der Ablauf sein wird.
- Wird es Zeit zum Spaziergehen geben?
- Wer hat alles zugesagt zu kommen?
- Wer von der Verwandtschaft kann sich gut mit Tim beschäftigen?
Ich rufe mind. drei Personen an und frage, ob sie für 30–60 Minuten die Beaufsichtigung von Tim übernehmen können.
- Ich rufe in der Gaststätte an und frage, ob es einen Nebenraum gibt, den wir nutzen können, und ich erkundige mich nach Spielplätzen/-orten in der Umgebung.
- Ich spreche mit meinem Mann Zuständigkeiten ab: Ich übernehme Tim nachmittags, abends ist dann mein Mann zuständig.
- Ich brauche interessante Spielsachen für die Fahrt wie auch für die Familienfeier. Wir könnten sein Fahrrad mitnehmen. Kopfhörer und CD-Player nicht vergessen!
- Punkteplan für den Tag erstellen (pro Stunde 1 Smiley, 6 Stunden Feier, Belohnung in Abhängigkeit von der Anzahl der Smileys).

Ablauf:

- Samstag: 8.00 h losfahren von zu Hause.
- Wenn Zeit ist, kurz bei der Gaststätte vorbeifahren, alles 1x vorab anschauen.
- 12.00 h Mittagessen bei Tante Sophie, nur wir, Tante Sophie und Onkel Richard.
- 15.00 h Beginn der Feier mit Kaffee und Kuchen, Tim soll hier 30 Minuten dabei sein und mit uns am Tisch sitzen.
- Danach Spielen draußen/im Nebenraum mit mir/alleine. Sina hat zugesagt, mich 1x abzulösen.
- 19.00 h gemeinsames Abendessen. Tim soll zum Hauptgang anwesend sein.
- Danach Spielen draußen/im Nebenraum mit Papa/alleine. Onkel Richard hat zugesagt, für 1 h auf Tim aufzupassen.

- 21.00 h: Papa fährt mit Tim zu Tante Sophie nach Hause. Bettgezeit.
- Sonntag: gemeinsames Frühstück mit Tante Sophie, anschließend Heimfahrt, evtl. Zwischenstopp am Flughafen (Aussichtsterrasse als Belohnung).

Regeln für Tim:

- Ich bleibe für 30 Minuten (Kuchen- bzw. Abendessen) ruhig am Tisch sitzen.
- Im Nebenraum darf ich spielen/lesen. Auch dort bin ich ruhig.
- Wenn es mir zuviel wird, bzw. zu laut, dann sage ich dies Mama oder Papa und dann gehen wir spazieren bzw. ich darf mit dem Rad fahren.
- Ich darf alleine auf den Spielplatz und den Hof der Gaststätte. Ich sage Mama oder Papa, wenn ich rausgehe.

Bevorzugte Beschäftigungen/Veränderungen der Umgebung:

- Interessante Spiele zusammen mit Tim einpacken. Rad mitnehmen.
- Neue Hörbücher und Bücher aus der Bücherei ausleihen (spät. Donnerstag-nachmittag!).
- Für den Nebenraum der Gaststätte: Sitzkissen mitnehmen.

Belohnung:

- Auf der Rückfahrt Zwischenstopp am Flughafen, 2 Punkte = $\frac{1}{2}$ h Aussichtsterrasse Flugzeuge beobachten, 4 Punkte = 1 h, 6 Punkte = $1\frac{1}{2}$ h.

Konsequenzen bei Problemverhalten:

- Wegfall der Belohnungen oder Auszeit im Nebenraum.

Nachbesprechung:

- Eine Zwischenbesprechung am Nachmittag, abends mit Papa nur ganz kurz.
- Ausführliche Nachbesprechung nach dem Frühstück vor Heimfahrt mit Mama und Papa.

23.1.4 Übung: Wegweiser für kritische Situationen erstellen

Erarbeiten Sie zu zweit oder zu dritt einen Wegweiser anhand eines eigenen Beispiels.



1. Welche Erkenntnisse haben Sie aus der systematischen Verhaltensbeobachtung gewonnen?



2. Bereiten Sie sich selbst vor (Welche Situation? Wann? Wie lange? Mit wem? Wo?).



3. Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, wie der genaue Ablauf sein wird.



4. Sprechen Sie über die Regeln, die das Kind in dieser Situation einhalten soll.



5. Überlegen Sie sich bevorzugte Beschäftigungen oder mögliche Veränderungen der Umgebung, damit die Situation für das Kind bewältigbar wird.

Mögliche Beschäftigungen:



Mögliche Veränderungen der Umgebung:



6. Belohnen Sie angemessenes Verhalten. Welche Belohnungen gibt es? Was brauchen Sie dafür (Verstärker, Punktekarte,...)?



7. Setzen Sie Konsequenzen bei Problemverhalten ein, legen Sie diese vorher fest.



8. Führen Sie eine Nachbesprechung durch.

23.2 Günstiges Elternverhalten bei Eskalationen

Trotz aller Vorbereitung auf die verschiedensten Situationen kann es immer wieder zu eskalierenden Situationen kommen, in denen das Kind von seinen eigenen Emotionen überfordert ist und vielleicht mit heftigsten Wutanfällen oder aggressivem Verhalten reagiert. **In diesen Situationen kann es für Sie als Eltern hilfreich sein, einen Plan im Kopf zu haben, der Ihnen hilft, die Situation zu bewältigen:**

1. Wichtigster Grundsatz: selbst ruhig bleiben. Ihr Kind ist mit eigenen Emotionen schon überfordert, noch mehr Emotionen der Eltern verwirren zusätzlich.
2. Die emotionsauslösende Situation beenden durch z. B. Herausnehmen aus der Situation oder Wegnehmen des auslösenden Gegenstands. Evtl. verbale und körperliche Begleitung oder auch feste und klare körperliche Führung.
3. Emotionen des Kindes herunter regulieren. Evtl. durch Auszeitregelung (Kind soll lernen, seine Emotionen selbst zu regulieren) oder auch dabei bleiben und dem Kind Hilfestellungen geben, damit es sich beruhigen kann.
4. Nachbesprechen des Ereignisses (wichtig: nach Beruhigung des Kindes)
 - Was ist passiert? Wie wurde die Situation wahrgenommen?
 - Mit welchem Verhalten hat das Kind reagiert?
 - Emotionen verbalisieren.
 - Wie ging es dem anderen in der Situation?
 - Woran kann das Kind die Emotionen der anderen erkennen?
5. Alternatives Verhalten besprechen
 - Welches Verhalten wäre angemessen?
 - Kann die empfundene Emotion auch anders ausgedrückt werden?
 - Welche Verhaltensalternativen gibt es?
 - Wie könnten diese Alternativen nächstes Mal umgesetzt werden?
 - Welche Hilfestellungen gibt es, damit das Kind sich früher Hilfe holt oder Wünsche und Bedürfnisse äußert (z. B. per Handzeichen)?



Nachbesprechung von Eskalationen

- ▶ Bei Kindern mit ASS ist das Nachbesprechen einer kritischen Situation besonders wichtig, damit ein Lern- und Veränderungsprozess beginnen kann.
- ▶ Das Nachbesprechen muss an das jeweilige Alter und den Entwicklungsstand des Kindes angepasst werden.
- ▶ Besprechen Sie erst, nachdem Sie ganz sicher sind, dass das Kind sich wieder vollständig beruhigt hat.



Checkliste zur Nachbesprechung von Eskalationen

- ▶ Was ist passiert?
- ▶ Wie hast du Dich in dieser Situation gefühlt?
- ▶ Wie hast du Dich verhalten?
- ▶ Wie ging es dem anderen in der Situation?
- ▶ Wie hat sich der andere verhalten?
- ▶ Welches alternative Verhalten wäre angemessen gewesen?
Gibt es eine soziale Regel für diese Situation?
- ▶ Brauchst du Hilfestellung für das andere Verhalten und falls ja, wie machen wir das?

23.2.1 Checkliste zum gemeinsamen Ausfüllen



Was ist passiert?



Wie hast du Dich in dieser Situation gefühlt?



Wie hast du Dich verhalten?



Wie ging es dem anderen in der Situation?



Wie hat sich der andere verhalten?



Welches alternative Verhalten wäre angemessen gewesen? Gibt es eine soziale Regel für diese Situation?



Brauchst du Hilfestellung für das andere Verhalten und falls ja, wie machen wir das?

23.3 Übung: Zwischenbilanz

Meine Ziele: Auf welcher Treppenstufe (Abb. 23.1) sind wir/bin ich?



Globalziel:

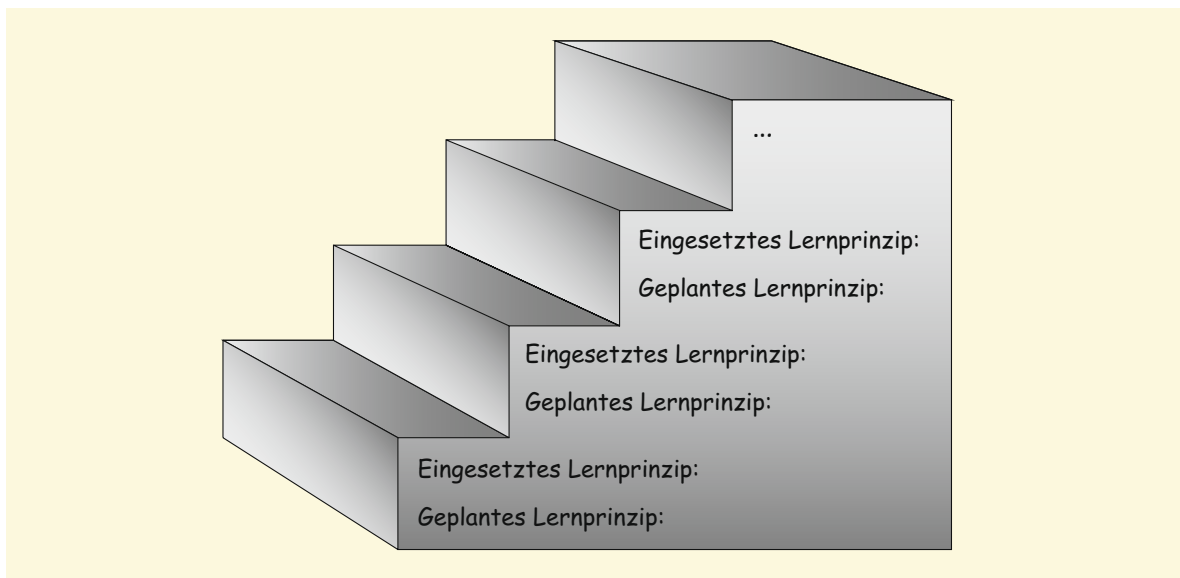


Abb. 23.1 Stufentreppe



Welche Erziehungsstrategien habe ich bereits eingesetzt?



Welche Erziehungsstrategien werde/muss ich noch einsetzen?

23.4 Hausaufgabe: Wegweiser für kritische Situationen

Bereiten Sie einen Wegweiser für kritische Situationen vor und führen Sie ihn mit Ihrem Kind durch.



1. Welche Erkenntnisse haben Sie aus der systematischen Verhaltensbeobachtung gewonnen?



2. Bereiten Sie sich selbst vor (Welche Situation? Wann? Wie lange? Mit wem? Wo?).



3. Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, wie der genaue Ablauf sein wird.



4. Sprechen Sie über die Regeln, die das Kind in dieser Situation einhalten soll.



5. Mögliche Beschäftigungen:



6. Mögliche Veränderungen der Umgebung:



7. Belohnen Sie angemessenes Verhalten. Welche Belohnungen gibt es? Was brauchen Sie dafür (Verstärker, Punktekarte,...)?



8. Setzen Sie Konsequenzen bei Problemverhalten ein, legen Sie diese vorher fest.



9. Führen Sie eine Nachbesprechung durch.

24 Sitzung 8: Umgang mit autismus-spezifischen herausfordernden Verhaltensweisen (Teil 3)

Bettina Brehm, Judith E. Schill, Monica Biscaldi, Christian Fleischhaker

24.1 Autismusspezifische Problemfelder

Die Besonderheiten in den Bereichen der Kommunikation, der Interaktion und im Bereich der Stereotypen führen im Alltag häufig zu Beeinträchtigungen in ganz spezifischen Bereichen. Als Elternteil werden Sie sich immer wieder die Frage stellen: „Was kann ich als Elternteil tun?“ Im Folgenden sollen für ausgewählte autismusspezifische Problemfelder Strategien zum Umgang damit vorgestellt werden.

24.1.1 Blickkontakt



„Mein Kind schaut seinem Gegenüber nur selten oder gar nicht in die Augen.“

Was kann ich als Elternteil tun?

- Fordern Sie gezielt Blickkontakt ein.
- Prompten Sie Ihr Kind gezielt, Blickkontakt aufzunehmen. Geben Sie einfache ruhige Anweisungen.
- Fördern Sie durch Wahrnehmungsspiele Blickkontakt (z. B. „Ich sehe was, was du nicht siehst“, Zublinzel-Spiele).
- Unterbrechen einer Handlungskette durch Kontaktaufnahme, solange bis das Kind schaut.
- Verstärker/Lob einsetzen bei Blickkontakt, z. B. bei Fragen, die das Kind an Sie richtet (z. B. durch Punkte).
- Führen Sie Regeln ein.

Übungen bei jüngeren Kindern:

- Fordern Sie Blickkontakt ein als Frage nach dem Ort eines Spielzeugs, z. B. wichtiges Spielzeugteil in Faust verstecken, erst geben, wenn Blickkontakt aufgenommen ist.

24.1.2 Freundschaften aufbauen



„Er versucht, Freunde zu finden, geht aber anderen auf die Nerven.“

Was kann ich als Elternteil tun?

- Geben Sie Hilfestellungen und erklären Sie Ihrem Kind, was man tun kann, um Freundschaften auszubauen und aufrechtzuerhalten.
- Sprechen Sie über die Bedeutung, befreundet zu sein und ein Freund zu sein.
- Sprechen Sie darüber, welches Verhalten dazu beiträgt, dass Konflikte entstehen, z. B. rechthaberisches Verhalten (Beispiele machen), Petzen, beim eigenen Thema/Sonderinteresse bleiben.
- Besprechen Sie, was dazu beiträgt, dass man sich verträgt.
- Erklären Sie, wann ein Verhalten unpassend ist und aus welchen Gründen es unhöflich ist, jemanden zu unterbrechen.
- Manchmal wirken autistische Kinder rechthaberisch und altklug. Erklären Sie, wann es weniger zu einer Freundschaft beiträgt, wenn man sein Wissen einbringt.

24.1.3 Sprachliche Missverständnisse



„Wenn ich sage: „Nimm jetzt Deine Füße in die Hand“, macht er komische Verrenkungen statt sich zu beeilen.“

Was kann ich als Elternteil tun?

- Erklären Sie häufige Redewendungen und deren Bedeutung.
- Erklären Sie Witz und Ironie oder Sprichwörter.
- Erklären Sie die soziale Angemessenheit von Humor, Witz und anderen Äußerungen. Legen Sie Regeln fest, in welchen Situationen Humor unpassend ist.
- Formulieren Sie umgangssprachliche Äußerungen in einfache und konkrete Sätze um. Statt „Gib mir noch 5 Minuten“ – besser „Ich rede um 20 h mit dir, wenn ich dieses Programm zu Ende gesehen habe.“

24.1.4 Fluktuierende Aufmerksamkeit



„Ich muss ihn immer mit Namen anreden und direkt vor ihm stehen, sonst reagiert er gar nicht.“

Was kann ich als Elternteil tun?

- Stellen Sie vor einer Aufforderung gezielt die Aufmerksamkeit Ihres Kindes her (evtl. auch mit physischen Prompts).
- Vereinfachen Sie Ihre Sprache „komm bitte her“ und geben Sie klare, eindeutige Anweisungen.

- Wenn Ihr Kind gerade etwas möchte, setzen Sie dies als Verstärker ein. Fordern Sie erst etwas ein, bevor das Kind das Gewünschte bekommt. Verwenden Sie die Formulierung „Erst..., dann...“
- Verstärken Sie sofort, wenn das Kind tut, was Sie sagen (durch beschreiben des Lob).

24.1.5 „Unerklärliche“ Gefühlsausbrüche



„Ich möchte am liebsten sterben.“

Was kann ich als Elternteil tun?

- Kindern mit ASS fällt es häufig sehr schwer, Gefühle bei sich selbst (aber auch anderen Personen) wahrzunehmen und zu benennen. Außerdem findet häufig keine Ordnung der Sinneseindrücke nach Wichtigkeit statt.
- Ein Verstehen des Verhaltens ist nötig (autismusspezifische Angst? Überforderung? Unterforderung? Welches Gefühl passt „eigentlich“ zu der jeweiligen Situation? Prompting zum emotionalen Ausdruck).
- Versuchen Sie, Ihrem Kind bei der Einordnung von Sinneseindrücken und Gefühlen zu helfen: Was ist wichtig?
- Fördern Sie den angemessenen emotionalen Ausdruck bei Ihrem Kind, zum Beispiel durch den Einsatz von Gefühlskarten oder durch verbales Prompting (z. B. sag nicht „Ich töte Dich“, sondern sag „Ich bin wütend auf Dich“).
- Sprechen Sie über Ihre eigenen Gefühle und die dazugehörige Wahrnehmung.

24.1.6 Angst vor neuen Situationen



„Ich habe Angst vor neuen Situationen.“

Was kann ich als Elternteil tun?

- Kinder mit ASS zeigen keine bzw. eine schlechtere Antizipation: Verhalten kann schlechter abgeschätzt und es kann schlechter eingeschätzt werden, was als nächstes passieren wird.
- Die Angst wird dann weniger, wenn sich das Kind den Situationen aussetzt.
- Dies kann schrittweise erfolgen.
- Dann heißt es üben, üben, üben...
- Geben Sie Ihrem Kind die Zeit, etwas zu üben und zu lernen.
- Besprechen Sie Neues vor.
- Verwenden Sie z. B. Kalender, um besondere Ereignisse vorzubereiten.
- Führen Sie eine gute Tagesstruktur ein!
- Nutzen Sie (Sonder-)Interessen des Kindes, um neuen Situationen etwas Vertrautes zu geben, um Strukturierung zu schaffen. Neues vorbesprechen.
- Erarbeiten Sie mit dem Kind, was Sie in einer bestimmten Situation von ihm erwarten und was in der Situation auf Ihr Kind zukommen wird.

24.1.7 Mangelnde Fähigkeit zur Empathie



„Gesichter sehen für mich immer gleich aus.“ „Ich weiß nicht, was die anderen denken.“

Was kann ich als Elternteil tun?

- Erklären Sie Ihrem Kind „selbstverständliche“ soziale Vorgänge und was als nächstes passieren wird. Vieles was für andere intuitiv verständlich ist (z. B. Gefühle der Eltern), ist für Kinder mit ASS nicht eindeutig. Auch stark gezeigte Emotionen sind für sie häufig nicht handlungsleitend. Dies muss anders als nur emotional gezeigt werden.
- Fördern Sie die Fähigkeit, sich in andere einzufühlen, indem Sie unterschiedliche Perspektive erklären (z. B. mithilfe von Büchern, Geschichten, Rollenspielen) und üben Sie auch im Alltag (z. B. wenn sich jemand verletzt, wenn ein Kind weint...).
- Fördern Sie die Emotionserkennung durch z. B. Erkennen von Emotionen auf Photos. Wie fühlt sich dieser Mensch?
- Drücken Sie eigene Gefühle aus.
- Nutzen Sie Spiele (Gefühlsmemory, Gefühls-Stille Post, Pantomime) oder Bücher zum Einüben („Ich und meine Gefühle“, „Gefühle sind wie Farben“). Ermutigen Sie Ihr Kind zum Gefühlsausdruck.

24.1.8 Einseitiges Spielverhalten



„Ich schaue am liebsten Strommasten an.“
„Ich spiele am liebsten alleine.“

Was kann ich als Elternteil tun?

- Einschätzung eines angemessenen Förderzieles
- Wo steht mein Kind? Was kann es schon?
- Kleinziele setzen (Stufentreppe)
- Äußeren Rahmen strukturieren, Spiel begleiten
- Prompten so viel wie nötig
- Verstärker einsetzen
- Shaping
- Sonderinteressen begrenzen bzw. kultivieren, d. h. in sozial angemessenen Rahmen stellen und als gezielte Verstärker einsetzen.

24.1.9 Extreme Lärmempfindlichkeit



„Kaum mache ich den Staubsauger an, rennt er ins Zimmer, hält sich die Ohren zu und schreit.“

Was kann ich als Elternteil tun?

- Verständnis entwickeln.
- Das Hörvermögen bei Kindern mit ASS ist oft sehr gut. Versuchen Sie, sich bei Baulärm, beim Föhnen oder starkem Flugzeuglärm zu unterhalten.
- In einem ersten Schritt möglichst Geräuschquellen ausschalten.
- Erklären, dass keine Gefahr besteht, aber dass Geräusche teilweise unvermeidbar sind. Wie können Geräusche minimiert werden, z. B. Ohrstöpsel einführen.
- Hilfsmittel schrittweise aussetzen.

24.2 Sonderinteressen und stereotypes Verhalten

Sonderinteressen, ritualisierte, repetitive und stereotype Verhaltensweisen stellen neben den qualitativen Auffälligkeiten in der sozialen Interaktion und Kommunikation ein weiteres Kernkriterium der autistischen Störungen dar. Je nach Ausprägung der ASS gibt es auch in diesem Bereich große Unterschiede. So finden sich bei frühkindlichen Autisten häufig mehr stereotype und repetitive Verhaltensweisen, während bei Asperger-Autisten häufig eher Auffälligkeiten im Bereich der ungewöhnlichen oder spezifischen Interessen zu finden sind.

- Abnorme Interessen = ungewöhnliche oder merkwürdige Interessen, die nicht sozial integriert sind, z. B. Interesse an Straßenschildern, -beleuchtungen oder Metallteilen.
- Intensive Interessen/Sonderinteressen = intensive „normale“ Interessen, die sehr ausgeprägt sind und einen hohen Grad an Expertentum beinhalten. Diese Interessen werden meist nicht sozial geteilt und das Interesse bleibt häufig eng umgrenzt und entwickelt sich nicht weiter, z. B. Expertenwissen im Bereich Freizeitpark, Weltraum.
- Zwänge = Handlungen, die auf besondere Art ausgeführt werden müssen. Bei Unterbrechung oder Verboten reagiert das Kind mit Angst.
- Rituale = Handlungen müssen in einer bestimmten Reihenfolge ausgeführt werden, z. B. ritualisierte Verhaltensweisen beim Essen, Verabschiedungsrituale.
- Stereotypes/repetitives Verhalten = es werden stereotype Handlungen ausgeführt, die nicht zweckmäßig sind und die sich entweder auf Teile eines Gegenstands beziehen oder darauf, dass ein Gegenstand in einer unüblichen Weise benutzt wird. Spielverhalten wirkt sehr stereotyp, z. B. reines Aufreihen von Spielzeugautos ohne weiteres Spiel damit. Becher und Schüsseln drehen.
- Sensorische Interessen = ungewöhnlich starkes oder wiederholtes Interesse an den basalen Sinneseindrücken Sehen, Tasten, Hören, Schmecken oder Riechen. Dies geschieht ohne Einbettung in einen funktionalen Kontext, z. B. Schnuppern/Riechen an Gegenständen, Spielzeug und Personen. Berühren von Dingen mit der Zunge, um festzustellen, wie sie sich anfühlen.

Übung: Umgang mit Sonderinteressen und stereotypem Verhalten

A) Welche ungewöhnlichen oder intensiven Interessen, Zwänge, Rituale oder sensorischen Interessen hat Ihr Kind?

B) Wie einschränkend sind diese für Ihr Kind und Ihre Familie?



Tragen Sie diese in die untere Tabelle ein und schätzen Sie die Einschränkung für Ihr Kind und Ihre Familie auf einer Skala von 0-10 ein

Legende: 0 = nicht einschränkend, 10 = sehr einschränkend

	Art	Einschränkung für Kind	Einschränkung für Familie
Ungewöhnliche Interessen			
Intensive Interessen			
Zwänge			
Rituale			
Sensorische Interessen			
Stereotypes Verhalten			

24.2.1 Umgangsstrategien mit Sonderinteressen und Zwängen



A) Umgang mit Sonderinteressen und stereotypem Verhalten

- ▶ Sonderinteressen, Zwänge, Rituale, stereotypes Verhalten, sensorische Interessen, intensive Interessen erkennen und Verhalten einordnen (über systematische Verhaltensbeobachtung).
- ▶ Alternatives Verhalten aufbauen und verstärken.
- ▶ Kontakt mit anderen Kindern, Geschwistern als Regulierung verwenden.
- ▶ Soziale Angemessenheit prüfen: Hält das Verhalten des Kindes das Kind davon ab, sich in die Gruppe der Gleichaltrigen zu integrieren?
- ▶ Unangemessenes stereotypes Verhalten begrenzen durch Entfernen der Objekte.
- ▶ Klare Regelungen im Umgang mit Stereotypen (Zeiten vereinbaren, begrenzen, prompten).
- ▶ Oft tritt gehäuft stereotypes Verhalten auf, wenn Kinder verunsichert sind. Veränderungen vorbesprechen, den emotionalen Ausdruck fördern.
- ▶ Sonderinteressen zeitlich und/oder räumlich begrenzen.
- ▶ Sonderinteressen als Verstärker einsetzen.
- ▶ Sonderinteressen als Hilfe/Orientierung nutzen, um dem Kind neue Situationen oder Lernschritte zu erleichtern.
- ▶ Sonderinteressen können teilweise Stärken des Kindes sein, dann sind sie förderungswürdig.



B) Umgang mit selektivem Essverhalten und zwanghaften Verhaltensweisen beim Essen

- ▶ Waage zwischen Anpassung und Flexibilisierung halten.
- ▶ Einschätzung der Beeinträchtigung des Familienlebens.
- ▶ Hilfsmittel verwenden, evtl. eigenen Teller mit Auswölbungen, damit sich die Nahrungsmittel nicht mischen können, dies kann eine entspanntere Esssituation schaffen.
- ▶ Kleine Veränderungen beim Essen absprechen und vorbesprechen (siehe Wegweiser für schwierige Situationen).
- ▶ „Co-zwanghaftes“ Verhalten erkennen und reduzieren, evtl. durch therapeutische Hilfestellung.



C) Umgang mit zwanghaften Gesprächsthemen

- ▶ Begrenzen und in einen angemessenen Kontext stellen.
- ▶ Wann sind diese Themen angemessen? In welchen Situationen sind die Themen nicht angemessen?
- ▶ Erinnerungskarten einsetzen.
- ▶ Bildkarten oder geschriebene Regeln (z. B. „Ich spreche nicht nur von meinen Erfindungen“, „Ich wechsle die Themen ab“).

24.3 Literaturempfehlungen für die Eltern im Arbeitsbuch

- Aliki (1987). Gefühle sind wie Farben. Weinheim: Beltz.
- Bishop B. (2005). Mein Freund mit Autismus. (erhältlich über Autismus-Therapie-Zentrum Emden: autismus.emden@t-online.de)
- Bernard-Opitz, V. (2007). Kinder mit Autismus-Spektrum-Störungen (ASS). Ein Praxishandbuch für Therapeuten, Eltern und Lehrer. Stuttgart: Kohlhammer.
- Brauns, A. (2004). Buntschatten und Fledermäuse. Goldmann-Verlag.
- Brealy, J., & Davies, B. (2006). So helfen Sie Ihrem autistischen Kind. Göttingen: Huber.
- Häußler, A. (2008). Der TEACCH Ansatz zur Förderung von Menschen mit Autismus: Einführung in Theorie und Praxis. Dortmund: Modernes Lernen.
- Kreul, H. (2004). Ich und meine Gefühle: Emotionale Entwicklung für Kinder ab 5. Bindlach: Loewe.
- Poustka, F., Bölte, S., Feineis-Matthews, S., & Schmötzer, G. (2009). Ratgeber autistische Störungen. Information für Betroffene, Eltern, Lehrer, Erzieher. Göttingen: Hogrefe.
- Richman, S. (2004). Wie erziehe ich ein autistisches Kind. Bern: Huber.
- Schirmer, B. (2006). Elternleitfaden Autismus: Wie Ihr Kind die Welt erlebt. Mit gezielten Therapien wirksam fördern. Schwierige Alltagssituationen meistern. Stuttgart: Trias.
- Schirmer, B. (2010). Schulratgeber Autismus-Spektrum-Störungen. München: Reinhardt.
- Schuster, N. (2011). Schüler mit Autismus-Spektrum-Störungen. Stuttgart: Kohlhammer.
- Schuster, S., & Matzies-Köhler, M. (2011). Colines Welt hat tausend Rätsel. Stuttgart: Kohlhammer.