

Übersicht Sitzung 6: Umgang mit autismusspezifischen herausfordernden Verhaltensweisen (Teil 1)

- **Besprechung der Hausaufgaben:
Anwendung der Lernprinzipien auf individuelle Ziele**
- **Strategien zum Umgang mit autismusspezifischen herausfordernden Verhaltensweisen:**
 - **Systematische Verhaltensbeobachtung**
 - **Aufrechterhaltende Faktoren des Problemverhaltens entfernen**
 - **Unmissverständliche Anweisungen geben**
 - **Einüben von sozialen Regeln/sozialen Skripten**
 - **Alternative soziale Fertigkeiten aufbauen**
 - **Einüben von Theory-of-Mind-Fähigkeiten**
 - **Auszeiten einsetzen**

Besprechung der Hausaufgaben

Konkrete Anwendung der Lernprinzipien:

- Welche der gelernten Lernprinzipien möchten Sie anwenden, um die Schritte der Stufentreppe zu erreichen?

Kennengelernte Lernprinzipien zur Förderung erwünschten Verhaltens und zum Abbau unerwünschten Verhaltens

- **Verbale, physische, visuelle, akustische Prompts**
- **Fragen-Sagen-Tun**
- **Kalender, Pläne, Checklisten**
- **Ordnungssysteme**
- **Ablaufpläne**
- **Familienregeln**
- **Positive Verstärkung/Konsequenzen**
- **Verstärkerplan**
- **Shaping**
- **Chaining/Rückwärtslernen**
- **Generalisierung**
- **Negative/logische Konsequenzen**
- **Löschung**

Systematische Verhaltensbeobachtung

- Wenn ein problematisches Verhalten auftritt, ist es wichtig, in einem ersten Schritt eine **systematische Beobachtung des Verhaltens** vorzunehmen.

Systematische Verhaltensbeobachtung

Die systematische Verhaltensbeobachtung kann Antworten auf folgende Fragen geben:

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

Systematische Verhaltensbeobachtung

Wie führt man eine systematische Verhaltensbeobachtung durch ?

Beispiele:

- **Führen eines Verhaltenstagebuches!**
- **Führen eines Häufigkeitsbogens!**

Beispiel für ein Verhaltenstagebuch

Problemverhalten	Wann und wo trat 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, musste keine andere Hose anziehen.	Blieb zu Hause, ist nicht in die Schule gegangen.
Schreit laut herum, schlägt um sich	Di, morgens vor der Schule, auf dem Bahnhof	Mussten uns beeilen und sind ungewohnten Weg zum Zug gegangen.	Beruhigt sich, sind in ruhige Umgebung ins Bahnhofsgebäude gegangen. Erklärung gegeben.	Gehe nur noch die gleichen Wege, gehe rechtzeitig aus dem Haus.

Beispiel für einen Häufigkeitsbogen

Verhalten: _____

Tag	1	2	3	4	5	6	7	8	9							Summe
Mo																
Di																
Mi																
Do																

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.**
- **Es gibt zufällige Belohnungen**
 - **durch materielle Belohnungen**
 - **durch für das Kind angenehme Aktivitäten**
 - **durch Essen/Süßigkeiten**
 - **durch Nachgehen von Sonderinteressen**
 - **durch Vermeidung von weiteren Anforderungen**
darf z. B. zu Hause bleiben, darf ins Zimmer gehen und vermeidet damit unangenehme Situationen
(bei Kindern mit ASS immer Balance zwischen Über- und Unterforderung wichtig)

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.“
- Bei sprachlicher Formulierung keine Fragen oder „Könntest du ...“ verwenden, sondern „Zieh dir bitte deine Jacke an.“

Unmissverständliche Anweisungen geben

- **Geben Sie eine klare, ruhige Anweisung mit genauer Aufforderung, was das Kind (stattdessen) tun soll.**
- **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 Hilfestellungen nicht tut, worum Sie es gebeten haben, dann lassen Sie eine Konsequenz folgen**
 - logische Konsequenz
 - negative Konsequenz
 - Auszeit

Übung: Unmissverständliche Anweisungen geben

Welche unmissverständliche Aufforderung könnten Sie in folgenden Situationen geben?

- Ihr Kind wirft Spielzeug herum.
- Es ist Zeit, in die Schule zu gehen, und Ihr Kind muss sich anziehen.
- Ihr Kind schreit laut herum.

Einüben von sozialen Regeln und sozialen Skripten

- Es gibt im sozialen Alltag einfache, komplexere und implizite soziale Regeln.
- Kinder mit ASS berücksichtigen häufig diese sozialen Regeln nicht.
- Daraus entstehen häufig schwierige soziale Situationen und herausforderndes Verhalten.
- Besprechen Sie mit Ihrem Kind soziale Regeln sowohl einfacher Art und als auch komplexere soziale Handlungsabläufe, d.h. soziale Skripte.
- Schreiben Sie diese Regeln auf.
- Schreiben Sie mit den Kindern auch kleine Handlungsabfolgen als kleine „soziale Geschichte“ auf.

Alternative soziale Fertigkeiten aufbauen

- **Schwächen in sozialen Fertigkeiten können Ursache für herausforderndes Verhalten sein.**
- **Wenn Sie den Eindruck haben, das Problemverhalten hängt mit Schwächen in sozialen Fertigkeiten zusammen, wie z. B. der Unfähigkeit, einen Wunsch oder eine Bitte um Hilfe angemessen zu äußern, dann geben Sie dem Kind eine Hilfestellung (Prompt), was es stattdessen sagen oder tun soll.**
- **Helfen Sie dem Kind dadurch, alternatives Verhalten zu erlernen.**
- **Üben Sie soziale Fertigkeiten in den verschiedensten Situationen (Generalisierung).**

Alternative soziale Fertigkeiten aufbauen

Beispiel: Wünsche/Bedürfnisse/Gefühle äußern:

- „Hör auf Sachen zu werfen, sprich mit ruhiger Stimme, was dich wütend macht.“
- „Hör auf zu schreien, sag lieber: Es ist mir hier zu laut, ich möchte in einen ruhigeren Raum.“
- „Hör auf zu schlagen. Sag stattdessen: Ich möchte gerne meine Lieblingssamthose anziehen.“

Um Hilfe bitten:

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

Theory of Mind (ToM)

- Unter ToM versteht man die Fähigkeit, sich selbst und dem Gegenüber ein Innenleben beziehungsweise mentale Zustände zu zuschreiben und die damit verbundenen Informationen zu nutzen.
 - Klassische Aufgabe: BONBON – Aufgabe
 - Hineinversetzen in Gedanken und Gefühle des Gegenübers
- ToM spielt bei mindestens zwei Symptomkomplexen der ASS eine wichtige Rolle, da sie Grundvoraussetzung für eine sozial angemessene Interaktion und Kommunikation ist.

Theory of Mind (ToM)

- Die ToM-Fähigkeiten entwickeln sich verzögert und Menschen mit ASS befinden sich dann auf einem Entwicklungsniveau, wie es von jüngeren Menschen erwartet werden würde.
- ToM-Fähigkeiten können geübt werden.

Einüben von Theory of Mind-Fähigkeiten

- Übungen zu Theory of Mind (Hineinversetzen in die andere Person) anhand von Bildergeschichten, Bildern, Rollenspielen, ... durchführen
- Soziale Missverständnisse aufklären

Auszeiten

- **Auszeiten eignen sich bei schwerwiegenderem Problemverhalten z. B. „anderen wehtun durch Schlagen bei Wutausbrüchen“.**
- **Auszeiten 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.**

Auszeiten vorbereiten

Wo soll die Auszeit stattfinden?

- Geeigneten Raum auswählen: sicher, hell, nicht interessant, kein Nachgehen der Sonderinteressen möglich.

Wie soll Kind darauf vorbereitet werden?

- Regeln und Ablauf der Auszeit vorbesprechen.
- Ziel der Auszeit vorbesprechen: Kind soll lernen, sich selbst zu beruhigen.

Wann erfolgt die Auszeit?

- Bei schwerwiegendem Problemverhalten.

Auszeiten vorbereiten

Wie lange dauert die Auszeit?

- 2–5 Minuten bei kleinen Kindern, bis zu 10 Minuten bei älteren Kindern.

Wann kann das Kind wieder zurück kommen?

- Nach der vereinbarten Zeit und wenn es sich wieder beruhigt hat.

Was kommt nach der Auszeit?

- Nach der Auszeit dem Kind die Möglichkeit geben, sich wieder angemessen zu verhalten.
- Komplexe soziale Situationen mit dem Kind nachbesprechen.
- Loben, wenn das Kind nach der Auszeit angemessenes Verhalten zeigt.

Auszeiten einsetzen (Teil 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.“
- **Wenn Ihr Kind tut, worum Sie es gebeten haben, dann loben Sie Ihr Kind.**
- **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, warum Sie es tun.**
 - „Weil du nicht aufgehört hast, deinen Bruder zu treten, gehst du jetzt für 2 Minuten in die Auszeit.“

Auszeiten einsetzen (Teil 2)

- Wenn sich Ihr Kind beruhigt hat, dann lassen Sie es wieder teilhaben. Loben Sie Ihr Kind für angemessenes Verhalten.
- 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.
- 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.“

Einsatz der Auszeit bei Kindern mit Autismus-Spektrum-Störung

- **Prüfen Sie, ob der Einsatz bei Ihrem Kind und in dieser Situation überhaupt sinnvoll und angemessen ist.**
 - bei ASS mit Vorsicht einsetzen!
 - eventuell eher Prompting geben
- **Setzen Sie die Auszeit nicht ein, wenn Ihr Kind dadurch belohnt wird.**
- **Achten Sie darauf, dass der Raum geeignet und ungefährlich für Ihr Kind ist.**
- **Neigt Ihr Kind zu Selbstverletzungen oder zu gefahrenblindem Verhalten, sollten Sie Ihr Kind im Auszeitraum nicht unbeaufsichtigt lassen.**

Einsatz der Auszeit bei Kindern mit Autismus-Spektrum-Störung

- **Die Auszeit wird möglicherweise mit dem Ziel der Reizabschirmung eingesetzt
→ dann auch Strategien zur Selbstberuhigung möglich**
- **Erst nach kompletter Beruhigung nachbesprechen:
Kennt das Kind die soziale Regel?
Hat es die Situation verstanden?
Gab es Hinweisreize, die für das Kind wichtig gewesen wären zur Einordnung der Situation?**

→ Checkliste zum Nachbesprechen von Eskalationen → nächste Sitzung

Hausaufgabe

- Führen Sie eine systematische Verhaltensbeobachtung durch.
- Setzen Sie bis zur nächsten Sitzung Erziehungsstrategien zum Umgang mit herausforderndem Verhalten ein.
- Protokollieren Sie, was gut funktioniert und was nicht so gut funktioniert hat.