

Mognad och metoder för toaträning

information till föräldrar

Välkommen till andra tillfället!

Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Mognad och metoder för toaträning



Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Frågor sedan föregående tillfälle?

Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Beteenden styrs av det som
händer före eller efter beteenden

Att förändra ett beteende
- beteenden styrs av miljön



Någonting i miljön sätter igång ett beteende vilket leder till en konsekvens

Nuvarande beteende



Pojken leker,
han blir kissnödig

Fortsätter leka,
kissar på sig

Behöver duscha och byta
med hjälp av en vuxen

Att lära in nytt beteende



Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

För att förändra ett beteende är
det viktigt att ha ett tydligt mål



Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Några exempel på mål

- Barnet skall bli torr dagtid
- Barnet skall själv känna att det behöver kissa
- Barnet skall kunna gå till toaletten själv
- Barnet skall kunna sköta så mycket som möjligt av toaletterutinerna självständigt
- Barnet skall kunna förmedla att det behöver kissa

Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN



Att tänka på

- Att se problemet ur barnets synvinkel.
- Att använd visuella hjälpmedel för att få barnet att förstå exakt vad som förväntas.
- Att arrangera positiva rutiner, ha tydliga förväntningar.
- Att barnet förväntas bryta sina rutiner. Att ha blöjor är en rutin barnet haft länge.
- Att barnet kanske inte kan känna av kroppens signaler.
- Att barnet kan bli överstimulerat av intryck.
- Att det kan vara skrämmande om det ekar, vattnet rinner, man tar av kläder, temperaturskillnader, sitta ostabilt på en kall ring över vatten.

Habilitering & Hälsa

OSTRA SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Vad kan man göra?

- Tidsintervall
- Anpassningar
- Bekräfta signaler
- Positiv förstärkning/belöningar
- Kognitivt stöd t.ex. påminnelser eller rutiner
- Socialberättelser
- Att sitta kvar

Habilitering & Hälsa

OSTRA SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Tidsintervall

- Kartlägg hur ofta barnet kissar.
- Ta av blöjan
- Ta barnet till toaletten strax innan det skulle varit dags enligt kartläggningen. T.ex kl 8, 11, 14, 17 och 20, t.ex direkt när man vaknar eller innan man ska gå ut.

Registrering

Klockslag	Antal minuter på toa	Kissar	Bajsar	Kommentar
7:00				
8:00				
9:00				
10:00				
11:00				
12:00				
13:00				

Anpassningar

- Om det är möjligt ta bort andra stimuli som kan distrahera
- Det kan vara bra att lägga på en matta som dämpar ljud
- Använd kläder som är lätta att ta av och på



Sittande

Det är viktigt att barnet känner sig tryggt på toa, att det inte upplever det obehagligt. Att barnet sitter stadigt.



Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Bekräfta signaler

När ni fångat upp signaler som barnet visar när de behöver kissa, så tala om det för barnet.

Jag ser att du är kissnödig.

Kom så går vi på toaletten.

Ställ ingen fråga om barnet vill gå och kissa utan bestäm för barnet att ni ska gå på toaletten.

Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Förstärkning/Belöning

- Förstärkning av det positiva beteendet
- Motivationen hos barnet att kissa på toa kan ökas med hjälp av förstärkningar/belöningar.

Det innebär att ni inte lägger någon vikt vid misslyckanden utan ger förstärkning enbart när det lyckas.

Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Direkt belöning

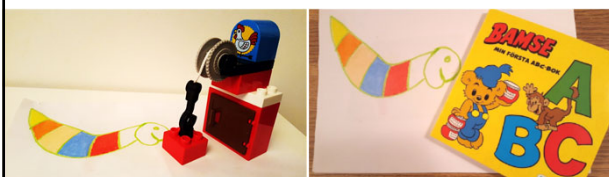


Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Belöning att samla till

Toaormen



Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Belöning att samla till



Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Belöning att samla till



Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Kognitivt stöd

Innebär att tydliggöra för barnet vad, var och när någonting skall hända och innebär ett stöd för om det tex är svårt med:

- komma ihåg
- tid och planering
- befästa och få in nya rutiner
- få helhet och sammanhang

Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Bildstöd



Habilitering
& Hälsa

OSTRA
SÖDERMANLÄNSREGIONEN

Exempel: när Wilma kommer hem från skolan

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Freitag	Lördag	Söndag
						
						
						
						

Att införa rutin

- En aktivitet eller situation i taget
- Välj en del av toa besöket som ni har goda möjligheter att lyckas med
- Kan inte barnet göra hela toabesöket, låt barnet göra den sista delen först, störst känsla att lyckas (kan själv)
- Successivt införa fler delmoment

Aktivitetsschema

Fler moment för ökad självständighet



När?

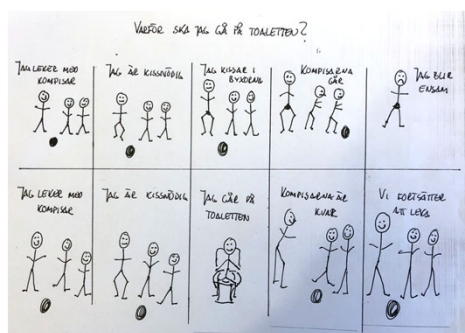
- Påminnelse utifrån tidsangivelser.
- Påminnelse med tid, larm och ev. individuell utprovad tidshjälpmiddel.



Habilitering
& Hälsa

UTSALA
UTSALA-REGIONEN

Konsekvenskarta



Habilitering
& Hälsa

UTSALA
UTSALA-REGIONEN

Problemlösning

Habilitering
& Hälsa

UTSALA
UTSALA-REGIONEN

Barnet vill inte sitta kvar på toaletten

- Ha något att göra
- Tydliggöra hur länge
- Sitta stadigt
- "Dubbelkissa"

Habilitering
& Hälsa



Barnet vill inte alls sitta på toaletten

1. Tag barnet till toaletten och sätt barnet på toalettstolen med locket nedfällt i en sekund. Belöna och beröm och avsluta.
2. Gör om proceduren med korta sittningar tills det går bra.
3. Öka sakta tiden som barnet sitter på toalettstolen.
4. Gör om samma procedur igen men med locket uppfällt

Habilitering
& Hälsa



Barnet vill inte ta av sig blöjan

1. Klipp ett hål i blöjan på cirka 3 cm i diameter precis där urinröret har sin mynning. Sätt på blöjan när det är kisdags och sätt barnet på toaletten.
2. Om barnet kissar så förstärk detta.
3. Öka storleken på hålet i blöjan succesivt tills enbart resåren finns kvar.

Habilitering
& Hälsa



Tankar och frågor!
Hur går ni vidare?
Vilket stöd behöver ni?

Habilitering
& Hälsa



Tack!

Habilitering
& Hälsa