

SPESIAL-
PEDAGOGIKK

Jarle Eknes



▲ Jarle Eknes er i skrivende stund spesialpsykolog ved Habiliteringsteamet i Buskerud, men i ferd med å bytte arbeidsplass til Ullevål sykehus.

Roger Sørum



▲ Roger Sørum er prosjektleder/vernepleier ved Spesial-enheten i Buskerud.

Astrid Eidal



▲ Astrid Eidal er hjelpelærer ved Nesbyen barneskole.

Å slutte med bleier

Renslighetstrening på dagtid for barn og voksne med omfattende utviklingsforstyrrelser

Artikkelen beskriver en metode utviklet av Azrin og Foxx som er meget utbredt og effektiv i forhold til å trene inn toalettferdigheter på dagtid. Metoden sikter mot å gjøre barn, ungdom og voksne med omfattende utviklingsforstyrrelser

selvhjulpne med hensyn til tissing og bæsjing i våken tilstand, slik at behovet for bleier opphører. Metoden krever nesten alltid individuelle tilpasninger. Eksempler på dette blir gitt.

Begrunnelsene for å starte med renslighetstrening er flere, og noen av de forholdene som kan bedres som resultat av vellykket renslighetstrening er listet opp i her:

- Frigitt tid til kos, hyggelig samvær, trening, innlæring av nye ferdigheter osv. (Skifting av bleier med tilhørende vasking av tiss, avføring osv. tar lang tid).

- Bedret økonomi (bleier koster mye penger).
- Reduserte muligheter for urinveisinfeksjoner.
- Mer attraktiv å være sammen med (i hvert fall når det er snakk om voksne personer).
- Opplever oftere å få være med på tur- og ferieopphold, café-besøk, svømmebassengaktiviteter osv.
- Lettere å finne klær som passer, og som han/hun ser fikse og flotte ut i.
- Stolthet over å mestre sosialt akseptabel døatferd.

Det finnes flere metoder å trene renslighet¹ på overfor autister og psykisk utviklingshemmede, men den best dokumenterte og mest benyttede metoden i Norge er utviklet av Azrin og Foxx (1971, Foxx og Azrin 1973). Målet med metoden er at barnet² skal gå til do når barnet merker de kroppslige signalene på full blære/tarm. Her skal han/hun løse buksen, dra ned buksen, sette seg, gjøre fra seg, tørke seg, reise seg, kle på seg, skylle ned, vaske og tørke seg og gå ut av toalettet. Alt dette uten hjelp. Metoden er tre-delt: Den første fasen kalles blærekontroll, den andre fasen kalles selvinitiativ fasen, og den tredje kalles opprettholdelsesfasen.

BRUK AV TID OG RESSURSER

De to første fasene krever mye tid og oppmerksomhet fra foreldre og tjenesteytere som deltar

¹ Begrepet «renslighet» brukes som adekvate dø-ferdigheter.

² Betegnelsen «barnet» brukes for enkelthets skyld, og er valgt fordi det som oftest er barn som mottar renslighetstrening. Men voksne personer med utviklingsforstyrrelser vil naturligvis også kunne trenes etter denne metoden.

i treningen, mens den tredje fasen tillater at treningen kommer mer i bakgrunnen i forhold til andre aktiviteter en gjør sammen med barnet. For noen mennesker med autisme og psykisk utviklingshemming mestres ferdighetene rimelig godt etter noen få dager med intensiv trening, mens andre trenger 2–3 uker med intensiv oppfølging fra foreldre og personale, i tillegg til mindre intensiv vedlikeholdstrening som kan vare fra 1 uke til 1 år. For å antyde et gjennomsnitt, vil vi hevde at et flertall gjennom dette treningsopplegget vil utvikle seg fra bleiebrukere til toalettbrukere innen en uke, helt eller nesten helt uten «uhell» i buksen.

ETIKK OG TRIVSEL

For å si det rett ut, så er metoden meget krevende og tøff å gjennomføre i mange tilfeller. Den krever stor grad av oppmerksomhet, tilstedeværelse og overskudd for foreldrene og personalet i den mest intensive fasen, som kan vare inntil 3 uker. Imidlertid er det de 2–3 første dagene som er mest anstrengende. Vi må imidlertid ikke forveksle hva som er slitsomt for oss (tjenesteytere, foreldre) med hva som er slitsomt for barnet. Treningen er betydelig mer slitsom for trenerne enn for den som trenes. En korrekt gjennomføring av treningen gir barnet først og fremst masse ros og anerkjennelse for mestring, men krever også tydelig formidling til barnet når det skjer ting vi ikke er fornøyd med. Vurdert opp mot fordelene barnet får ved å bli renslig, mener vi det er en god og fornuftig beslutning å bruke tid og krefter på dette i en avgrenset periode. Sørg imidlertid for god faglig veiledning.

FORARBEID

Det første som må gjøres er å få tatt en urinveisundersøkelse, med tanke på å bekrefte eller avkrefte mistanke om urinveisinfeksjoner. Dette er en enkel undersøkelse som gjøres gjennom analyse av urinprøve. Dersom det påvises urinveisinfeksjon, skal denne behandles med medikamenter før renslighetstreningen settes i gang. Videre bør det lages en systematisk oversikt over *når* barnet tisser og *hvilken situasjon* barnet befinner seg i når det tisser. Registreringer

- Legeundersøkelse
- Baseline for elevens tisserytme
- Kartlegging av forsterkere
- Finne egnet toalett
- Frigjøre tid til trening
- Frigjøre personale til trening
- Frigjøre tid til samtaler, diskusjoner underveis
- Sikre at én person har hovedansvar for informasjon og fremdrift
- Personalopplæring vedr. renslighetstrening

fra en uke til 14 dager er tilstrekkelig. Ettersom treningen legger stor vekt på å gjøre det attraktivt for barnet å tisse i do, er det viktig at vi kartlegger hvilke type ros, aktiviteter, mat og drikke barnet faktisk liker.

De første dagene vil treningen stort sett foregå på toalettet eller nær toalettet. Det er derfor viktig å finne et toalett som er stort og romslig. Samtidig bør det være et toalett som barnet faktisk vil ha tilgang til også når treningsperioden er over.

Typisk vil treningen strekke seg over en 8–12 timers periode hver dag i inntil 3 uker. I denne tiden vil det være nødvendig at det *til enhver tid* er en person som har som *eneste* oppgave å gjennomføre treningen. Treningen må også deles mellom flere personer, da det å være trener i dette opplegget er meget anstrengende. Hver person må ikke ha denne oppgaven mer enn 2 timer om gangen! Det må også være satt av tid til at alle trenerne kan snakke sammen og diskutere selve treningen.

På forhånd må det også bli gitt veiledning til alle trenerne, inkludert foreldrene (de må selv få velge om også de vil delta i selve treningen, men de skal uansett ha *full* informasjon om treningen og utviklingen underveis). Treningsprosedyrene skal vedtas etter flertallsprinsippet blant de som deltar som trenere og veiledere, med full vetorett for foreldrene³. Trenere som

³ Dette vil selvfølgelig måtte vurderes ut fra alderen på vedkommende som skal trenes og familiesituasjonen forøvrig. Hovedregelsen skal likefullt være at foreldrene skal godkjenne eller underkjenne tjenesteyternes planer for gjennomføringen av renslighetstrening.

■ Se også artikkelen «Behandling av sengevæting» i *Spesialpedagogikk* nr. 7/94.

ikke akter å være 100 % lojale i forhold til de felles-beslutningene som tas, må heller ikke få lov til å delta i treningen. Det må ikke være for få som deltar, men heller ikke for mange. 4 personer som bytter på oppgavene kan synes ideelt.

TILPASNINGER

Når man slavisk følger Azrin og Foxxs anvisninger, er sannsynligheten for å lykkes mindre enn om man gjør individuelle tilpasninger (Arnt-

zen et al. 1992). Vi vil imidlertid understreke betydningen av at disse tilpasningene er *velbegrunnede* og gjennomtenkte. Den stramme strukturen og de faste systemene i den skisserte treningen er i utgangspunktet metodens *styrke*, og avvik skal *kun* skje der vi har gode argumenter for det.

KASUS; MARTE

Marte er en flott, blid jente på 12 år med autisme. Hun er avhengig av å bruke bleier, og tar aldri selv initiativ til å gå på do. Det er foreldrene som har bedt om hjelp til å lære Marte selvstendighet i forhold til tissing, slik at hun ikke trenger å bruke bleier mer. De tror egentlig ikke at det er mulig, men vil likevel at vi skal prøve for sikkerhets skyld. Lærere og miljøarbeidere som skal delta i treningen har liten tro på at vi kan lykkes, men stiller likevel fullt og helt opp i treningen. De eneste som virkelig har tro på at dette skal gå bra, er hoved-veilederne (to av artikkelforfatterne). Ut fra den kjennskap vi har til renslighetstrening på mennesker med autisme og psykisk utviklingshemming, blir det for oss heller et spørsmål om tid; om vi vil komme i mål etter *kort* eller *lang* tid.

Før vi ble trukket inn som veiledere, prøvde foreldre og tjenesteytere å lære henne å tisse i do ved å gå hyppig på do (faste tider), og belønne henne med sjokolade hver gang hun tisset eller bæsjet. Dette er en metode som i mange tilfeller er tilstrekkelig effektiv, men i dette tilfellet gav det ikke de ønskede resultater. Det forelå gode base-line registreringer før treningstiltaket ble satt i gang. Tiltakene ble også grundig diskutert på forhånd, og veilederne er til stede hele den første dagen tiltaket startes. Veilederne utfører også en del av treningen selv, både for å demonstrere hvordan treningen bør gjennomføres og for å få et bedre grunnlag for å justere og tilpasse treningen.

Hver dag i 3 uker skal Marte trene intensivt på renslighetstreningen. Vanligvis fra kl. 08.30 til 19.00. Treningen foregår på Martes avlastningsbolig, hvor hun i denne perioden får et utvidet tilbud for å kunne gjennomføre treningen. Kort tid før treningen settes i gang blir hun undersøkt for eventuelle urinveis-

Metoden slik den originalt er beskrevet av Azrin og Foxx:

Blæretreningsfasen



Ved uhell:

- Ta tak i barnet slik at han eller hun ser på deg.
- Si til barnet «Nei, buksene dine er våte» og vis misnøye.
- Frakoble apparaturen i buksene.
- Krev at barnet skal vaske opp urin på stolen og gulvet.
- Krev at barnet skal gå raskt fra stolen til toalettet.
- Sitte på toalettet i et par sekunder.
- Gå tilbake til stolen.
- Dette fortsetter til den neste regulære halv-times do-sitting.
- Buksesjekk skjer etter at barnet forlater toalett etter 20 min. eller ved tissing på toalett.

infeksjoner, som det konstateres at hun ikke har.

Under treningen skal hun naturligvis ikke bruke bleie, men om kvelden og natten blir det tillatt fram til vi begynner å oppnå gode resultater. Det er meningen at hun aldri mer skal bruke bleier den tiden på døgnet hun er våken, og dette planlegges å skje ca. 3 uker fra treningsstart. Bleiebruk om natten berøres ikke av denne treningen. Når det er etablert tilnærmet full kontroll på tissing om dagen, kan man eventuelt vurdere om man skal sette i gang et eget program for blærekontroll om natten.

AZRIN OG FOXF

I utgangspunktet er det meningen å starte et treningsopplegg som bygger på standard-versjonen til Azrin og Foxx. Dette med unntak av positiv praksis- prosedyrene. Den mest «militante» delen av metoden ønsker vi å tone ned så mye som mulig, men ikke så mye at effektiviteten av metoden trues. Vi skal i hovedsak fokusere på det som er positivt og fungerer, og ikke bry oss så mye om det som *ikke* fungerer. Alle er inneforstått med at at Azrin-Foxx prosedyren verken kan eller bør gjennomføres «etter boken». Det må gjøres en rekke justeringer underveis.

BLÆRETRENINGSFASEN

Dette er den fasen som er mest anstrengende å gjennomføre. Etter Azrin og Foxxs anvisninger skal denne treningen foregå inne på do, og kun der. Vi velger likevel å ha «basen» rett utenfor do-døren, da vi ikke tror at den ene meteren som skiller i avstand kan virke negativt inn på resultatene. Situasjonen blir på denne måten også langt triveligere for alle parter.

FORSTERKERE:

Det er to ting vi ønsker mer av; a) at hun tisser i do, b) at hun har tørr truse. Dette skal vi derfor forsterkes opp ved systematisk belønning: Vi formidler masse ros og uttrykk for glede og anerkjennelse, i tillegg til at hun får *velge* mellom forskjellige materielle forsterkere. Disse er cola, saft, sjokolademelk og forskjellig salt og søtt snacks vi vet at hun liker.

Metoden slik den orginalt er beskrevet av Azrin og Foxx:

Vedlikeholdsfasen

Startes når det har kommet minst 9 vellykkede selvinitiativ, uten uhell.

Det gis ingen forsterkere for det å gå på do.

Det gis forsterkere for «tørre bukser» 6 ganger pr. dag (buksesjekk).

Det skal ikke forekomme prompting av selvinitiativ. Initiativ til å gå på do skal utelukkende komme fra eleven.

Eleven kan bevege seg fritt osv. på samme måte som før renslighetstreningen ble satt i gang.

Ved uhell følges samme prosedyre som ved selvinitiativfasen.

Metoden slik den orginalt er beskrevet av Azrin og Foxx:

Selvinitiativfasen

Treningen av selvinitiativ starter når blærekontroll er oppnådd.

- Gi drikke ved tissing.
- Gi ingen prompts i forhold til selvinitiativ.
- Av/påkleddningsprompts kan gis, men ikke på et lavere nivå enn for oppnådd respons tidligere.
- Beveg stolen gradvis lenger og lenger fra toalettet.
- Øk gradvis tidsintervallet mellom hver bukkesjekk.
- Gi forsterkere kontingent på tissing.
- Fjern toalettalarm og buksealarm når barnet kommer med selvinitiativ utenfor toalettområdet.
- Vis barnet veien til toalett fra ulike posisjoner (f.eks. rom).

Ved uhell skal barnet:

- Hente bøtte, fylle vann, finne klut og kost.
- Vaske opp tisset.
- Rengjøre og sette tilbake utstyret.
- Gå å hente nytt tøy.
- Vaske seg og ta på nytt tøy.
- Vaske skittent tøy og henge det opp til tork.
- Gå fra stedet hvor tissing forekom og til toalettet.
- Ta ned buksen og sitte i 2 sekunder, reise seg, kle på seg og gå tilbake til stedet hun var da hun tisset. Dette gjentas 6 ganger.

■ Om det skjer noen få ulykker etter en lang periode med mye mestring, er ikke det et tegn på at vi har misslykkes, men heller at vi har vært flinke til å tøye grensene.

DAG 1

Marte og en trener sitter ved et bord rett utenfor toalettet. Hun får 3 cl. drikke og blir ført til do. Etter 10 minutter tisser hun i do. Hun føres så tilbake til stolen, og buksesjekk blir foretatt hvert 5. min frem til neste gang hun skal føres til do. Det blir full mestring denne første halvtimen, men så begynner ting å gå galt. I 1 1/2 time fremover tisser hun i trusen svært ofte, i tillegg til at hun tisser i do. Ofte går det mellom 1–4 minutter mellom hver gang hun tisser. Prosedyren innebærer at hun umiddelbart etter «uhell» i buksen skal føres til toalettet og sitte der noen sekunder. Flere ganger har hun da prestert å tisse i toalettet i tillegg til i buksen, med et mellomrom på mindre enn ett minutt. En gang tisser hun også i buksen idet hun får forsterker for å være tørr ved buksesjekk. 5 minutters intervallene mellom buksesjekkene gjør at vi ikke får registrert og påpekt mestring (at hun er tørr) fordi hun tisser i buksen før dette. Etter standardmetoden til Azrin og Foxx blir det lite hun får sittet på do, fordi hun tisser så ofte. Tisser hun i do med det samme hun blir satt der, skal hun føres tilbake til stolen, og deretter ikke føres tilbake til stolen før begynnelsen av neste halvtimes økt. Så ofte som hun tisser, vil hun dermed nesten ikke ha sjanser til å oppleve mestring.

Opplegget justeres til at hun ikke lenger skal ha ubegrenset tilgang på drikke. Hun får nå mindre drikke i glasset, men totalt sett likevel rikelig med drikke. Buksesjekk blir foretatt hvert 3. minutt i stedet for hvert 5. minutt, og etter tre slike økter skal hun føres til do. Fortsatt skal hun ikke sitte lengre tid på toalettet enn 20 minutter før hun føres tilbake til stolen. Markert endring registreres; hun har lengre intervaller mellom tisseøktene, hun har betydelig færre «ulykker» (tiss i buksen), og oppfyller ofte kriteriene for å få ros og materielle forsterkere. Anslagsvis har hun mellom 5 og 8 «ulykker» hver time før vi justerer prosedyrene. Den første timen etter modifikasjonene har hun 4 uhell, den neste timen 1 uhell, de to neste timene har hun ingen. De to første timene tisser hun 3 ganger i do, de to neste timene tisser hun to ganger i do. Dette samtidig som hun tilbringer langt mere tid på stolen enn på do.

Situasjonen før vi justerer prosedyren, er ubehagelig for oss alle sammen. Hun rekker aldri å få vise hvor flink hun er, og vi får dermed heller ikke anledning til å rose henne og uttrykke anerkjennelse. Etter justeringen øker imidlertid trivselen for alle parter, og Marte blir igjen blid, smiler og synger, og blir bare flinkere og flinkere.

DET POSITIVE SKAL DOMINERE

Treningen innebærer at vi formidler noe *positivt* i etterkant av ønsket atferd, og noe *negativt* i etterkant av uønsket atferd. Det positive skal imidlertid *dominere klart*. Dersom situasjonen totalt sett oppleves som mer negativ enn positiv for den som trenes, har vi ikke lykkes i vår oppgave som trenere. Vi må da justere treningen eller avblåse treningen.

DAG 2

1. dag etter igangsetting, utvides opplegget til at det skal være 4 buksesjekker mellom hver gang hun tas på do. Buksesjekk skal nå endres til 5 minutters intervaller i stedet for 3 minutters intervaller. Etter hvert utvider vi også slik at det går lengre tid mellom hver gang hun tas på do, slik at blærekapasiteten skal få mulighet til å normalisere seg. De første dagene tisser hun i do 2–3 ganger i timen.

På grunn av lang reiseavstand er veilederne relativt lite til stede. Trenerne oppfordres instendig til å tore å tenke selv og gjøre egne vurderinger mellom hver veiledning. De følger oppfordringen, våger og mestrer. Buksesjekkene foretas med lengre og lengre mellomrom, og det går lenger mellom hver gang hun settes på do. Det skal likevel ikke gå lengre tid enn 1 time mellom hver do-tur, frem til hun begynner med selvinitiativ. Trenerne får beskjed om at det er positivt med tisseuhell. Dette kan virke kontraintuitivt, men mye av læringen skjer gjennom å erfare uhell og konsekvensene som følger av uhell. At det skjer uhell kan også være et tegn på at vi er flinke til å tøye grensene hennes, noe som er helt nødvendig i enhver trening.

En eller to ganger om dagen føres resultatene opp grafisk på store plansjer som henger på veggen. Det markers også på grafen når det

Prosedyre dag 2:	Merknader/avvik fra standard:
Marte sitter på stol ved bord rett utenfor toalettet, sammen med trener.	Dette er en justering i forhold til standard. Vil ofte være tilrådelig.
Hvert 5. minutt sjekkes buksen. Det gis masse ros om hun er tørr. Hun blir presentert for flere forsterkere (kan velge mellom f.eks. saltstenger og potetgull). Hun skal fremdeles få rikelig med drikke, men det er ikke nødvendig å gi henne det hver gang. Når hun får drikke, bør det ikke være mer enn 1/3 dels fulle glass.	Dette er en justering i forhold til standard. Vanligvis bør det <i>ikke</i> være noen drikke-restriksjoner.
Etter 4 omganger med sjekk av bukser, skal hun føres til do dersom hun har vært tørr alle de fire gangene. Regelen er at hun skal føres til do etter at vi har registrert 4 vellykkede buksesjekker uten uhell i mellom.	Dette betyr at det minimum går 20 min. mellom hver gang hun sitter på do. Det skal maksimalt gå 30 minutter, uansett om den som trenes har hatt uhell i buksen eller ikke.
Ved en slik «ordinær» do-tur skal hun sitte til hun tisser, eller maksimalt 20 minutter. Masse ros og materielle forsterkere når hun tisser i do.	
I det hun føres til do skal vi snakke om do på en måte som gjør det sansynlig at hun imiterer ordet «do». (f.eks: «Nå skal du på DO , du skal tisse på DO . Bare på DO .» osv.) Fortsett å snakke om do mens hun sitter der. <i>Ikke</i> snakk om do når dere ikke er der eller ikke er på vei dit.	Dette er en justering i forhold til standard. Tilrådelig tiltak for å øke sansynligheten for selvinitiativ. For tegnbrukere må tegn brukes i tillegg. Målet er at hun etter hvert skal bruke dette ordet når hun kjenner at hun skal tisse.

skjer endringer i prosedyren, f.eks. lengre tid mellom do-turer eller buksesjekk. Dette fremmer motivasjon og diskusjon hos trenerne, og er et viktig redskap for å kunne gjøre de nødvendige justeringene videre framover. Dag 1 og 2 er strategien at vi nesten utelukkende fokuserer på det vi er fornøyd med, og er overstrømmende med ros, kos og andre ting hun liker. Uhell maser vi lite med, men i henhold til standardprosedyren føres hun alltid til do umiddelbart, hvor hun skal sette seg ned et par sekunder før hun reiser seg opp igjen og tar på seg buksene. Azrin og Foxx foreskriver at den som trenes hver gang etter uhell, skal vaske bort urin og gjennomføre en rekke oppgaver i tilknytning til dette på en anstrengende måte. I

tillegg skal vedkommende motta masse kjeft. Å vaske opp etter seg synes vi for så vidt i seg selv er en adekvat forlangende, men ettersom Marte er meget glad i å vaske, ville prosedyren hatt motsatt effekt enn det som er tiltenkt. Vi dropper derfor denne oppgaven. På grunn av de hyppige uhellene ville det dessuten vært vanskelig å finne tid til vaskerutiner for Marte. Vi dropper også kjeftingen, da vi i det lengste håper at vi kan klare oss uten.

DAG 3

Dag 3 må vi bare erkjenne at vi *ikke* klarer oss uten. Vanlige kommentarer som «huffida, det var da fryktelig dumt» i etterkant av uhell, preller fullstendig av på henne. For å få noen effekt

■ Ingen intervaller i treningen skal gjennomføres til faste tider, da dette kan gjøre den som trenes overfølsom for forandringer. Intervallene skal føres opp som gjennomsnittlige verdier. Når intervallet for bukse-sjekk er settes til 10 minutter, kan godt den ene bukse-sjekken gjøres etter 7 minutter, den andre etter 13 minutter og den tredje etter 10 minutter

må alle trenerne bestemme seg for være ekstra strenge i stemmen og uttrykke skuffelse og sinne på en så tydelig måte at de er sikker på at hun forstår det. Fremdeles skal imidlertid ros og hygge være *klart* dominerende totalt sett. Det inntreter klare bedringer i resultatene etter denne justeringen.

Buksesjekk-intervallene settes til 3 perioder etter ordinær dotur, hver på gjennomsnittlig 10 minutter. Det skal ikke gå mer enn 35 minutter mellom hver ordinære do tur.

Resultatene de første 3 dagene viser gode resultater. Hun tisser mye i do, og har sjelden uhell. Følgelig er det også svært sjelden at prosedyren med kjefting/høy stemme iverksettes. En viss bekymring skaper det imidlertid hos oss at antall uhell tar seg opp andre halvdel av dag 3. Vi tror at dette dels har sammenheng med økt vanskelighetsgrad av treningen (sjeldnere do-besøk og bukse-sjekk), og dels at treningen har begynt å kjede henne så mye at hun tisser i buksen på trass. Etter Azrin og Foxxs anbefalinger er det fremdeles et stykke fram til vi kan gå over til selvinitiativfasen, men vi mener å kunne tolke kurvene/dataene dit hen at hun har god nok blærekontroll og forståelse av riktig tisseatferd til at det er forsvarlig å gå videre. Blæretreningen står ellers i fare for å utvikle seg til noe aversivt (negativt) for Marte, og da kan vi vanskelig komme i mål.

DAG 4 SELVINITIATIVFASEN

Vi går nå over til selvinitiativfasen, men gjør en rekke avvik fra Azrin og Foxxs anvisninger. Igjen sløyfer vi alle tiltak som har med vann å gjøre, fordi dette er noe hun er fryktelig glad i

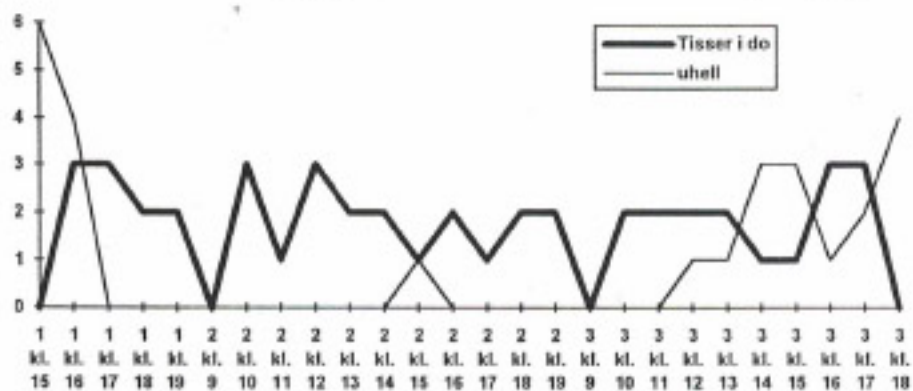
å drive med. Vi toner også nå ned det mest militante i systemet, blant annet fordi vi vet at moderate negative konsekvenser ofte har bedre effekt enn sterke negative konsekvenser. Det som er viktig er å administrere konsekvenser som er tydelige nok til at barnet forstår at vi ikke liker tissing i buksen, og aversive nok til at barnet opplever det som *mer* behagelig å gå på do og tisse enn å tisse i buksen. Blir systemet *for* aversivt vil barnet oppleve systemet som nedverdiggende og truende, og kan med letthet spolere hele treningen.

Vi må i denne fasen også drive språktrening, da hun ikke har noen tegn eller ord hun bruker for å uttrykke at hun skal tisse. Radiusen for treningen blir nå kraftig utvidet. De tre første dagene foregår trening på badet og rett utenfor badet. Fra den fjerde dagen får Marte bevege seg fritt overalt i boligen, under tett oppfølging av personalet. Det eneste hun ikke får gjøre, er å sitte i sofaen, da tiss i sofaen er svært vanskelig å få vekk. Buksesjekk foretas hvert 5. minutt, og hun er like stolt og fornøyd hver gang vi overstrømmer henne med ros for dette. Hun får også materielle forsterkere, i form av litt drikke, sjokolade eller snacs.

Merk: Vi bruker spiselige forsterkere sammen med ros fordi foreldre og lærere har klare indikasjoner på at dette motiverer henne i langt større grad enn bare bruk av ros. Det brukes så små mengder av snacs hver gang at det totale inntaket av salt og søtt snacs pr. uke er mindre enn det som svært mange barn og voksne uten utviklingsforstyrrelser putter i seg hver uke.

Er hun våt, uttrykker vi tydelig skuffelse. Vi *vet* at hun har tilstrekkelig blærekontroll til å mestre tissingen bedre. Også det vi kan betegne som små-skvetting regnes som uhell som skal reageres på som nevnt ovenfor. Når hun er våt tas hun også rett ut til do, settes ned der i max. 30 sekunder. Masse kjeft. Deretter tas hun med til stolen rett utenfor do. Her skal hun sitte i 5 minutter. Det skal ikke kjeftes mer på henne da, men det skal være 5 kjedelige minutter. Deretter tas en ny bukse-sjekk. Er hun tørr da, får hun masse ros og materielle forsterkere, og kan så gå fritt rundt i boligen igjen.

Ved den andre bukse-sjekken hvor hun har



Figur 1: Verdiene på Y-aksen (0-6) angir hvor mange uhell hun har pr. time, og hvor mange ganger hun tisser i do pr. time. På X-aksen markeres dag (de tre første dagene i treningen) og klokkeslett.

vært tørr, skal hun på do. Det vil si at det går gjennomsnittlig 10 minutter mellom hver gang hun går på do. Hun skal imidlertid ikke bare føres dit, hun skal også si «do» eller «kan jeg få gå på do». Dette promptes frem. Det snakkes masse om do og tisse på vei inn til do og inne på selve toalettet, med tanke på at hun skal gjenta noe av dette (Marte har mye ekkolali, dvs. gjentar hva andre sier). Hun skal sitte på do max. 5 minutter, gjerne kortere. Dette er tross alt ikke blæretrening, det er trening på selvinitiativ.

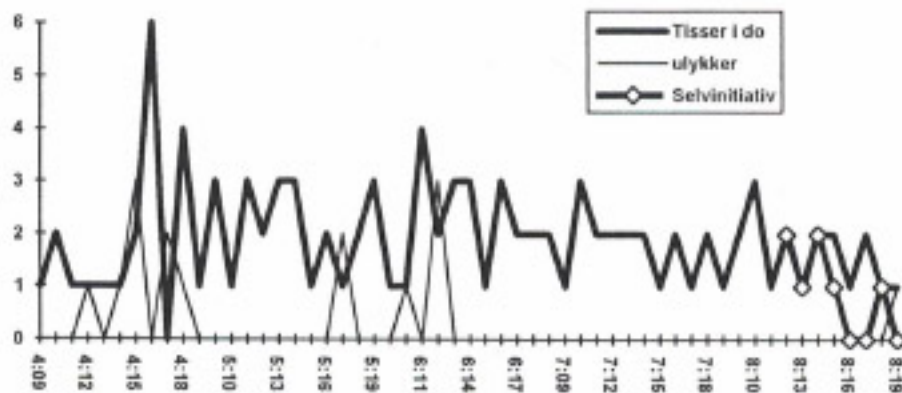
Kurvene/dataene viser svært «gode» resultater i forhold til tissing i do, i den forstand at hun gjør det ofte. Imidlertid synes vi det skjer for ofte; 2–3 ganger i timen er ikke en hyppighet på tissingen vi ønsker at hun skal fortsette med. Vi toner derfor ned ros og forsterkning av det å tisse i do, mens forsterkningen av det å være tørr holder fram med uforminsket styrke. Når hun tisser littegrann i do (ca. 1 sekunds varighet på tissemengden), kommentere vi ikke på det i det hele tatt, og hun får heller ikke noe godt å spise eller drikke. Når hun tisser moderat eller mye (ca 2 sekunders varighet eller mer) får hun ros. Mengden, styrken og engasjementet bak ros og positiv oppmerksomhet skal likevel bare ha halv styrke i forhold til det vi gir henne når hun er tørr ved buksesjekk, eller når hun ved prompt eller spontant sier ordet «do», «tisse» eller en setning som inneholder ett av disse ordene.

7. DAG

Denne dagen forekommer det ikke uhell i det hele tatt! All tissing skjer på do. Marte virker stolt og tilfreds. Å være midtpunktet og motta så mye positiv oppmerksomhet som hun får i denne treningen, oppleves godt for henne. Hun bruker ordene «do» og «jeg skal på do» av og til, men utelukkende i etterkant av kraftig prompting. Det har foreløpig ingen ting med selvinitiativ å gjøre, bortsett fra at det er med på å danne et grunnlag for selvinitiativ.

8. DAG

Den 8. dagen begynner hun spontant å si «do» og «tisse». Det er neppe fordi hun føler for å gå på do, men gjennom trening skal vi klare å få til en slik kobling mellom ordene og det hun ønsker/trenger å gjøre. Det gjør vi bl.a. ved å



Figur 2: Y-aksen (0–6) viser antall uhell, selvinitiativ og tissing i do pr. time. X-aksen viser hvilken dag vi har kommet til i treningen (før kolon), og klokkeslett (etter kolon).

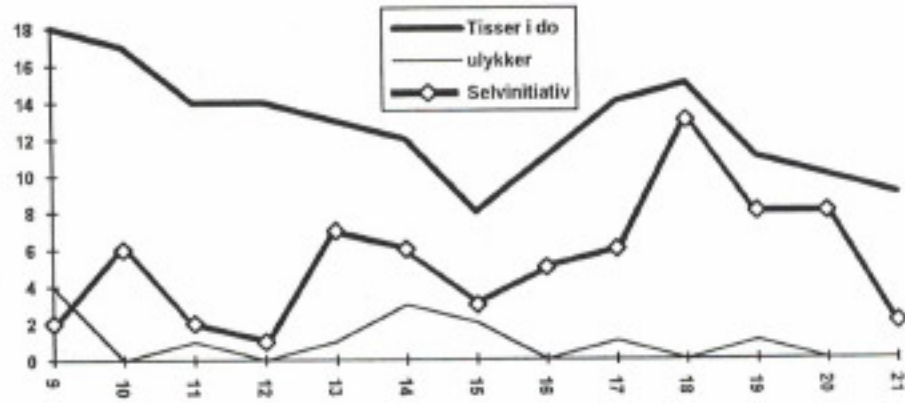
ta ordene hennes på alvor hver gang; når hun bruker disse ordene eller ord som ventes å uttrykke det samme, føres hun rett til do av kjempe-begeistrede, applauderende og skamrosende nærpå personer. Resultatene de første 8 dagene vises i figur 2.

14. DAG

På møte med foreldre og tjenesteytere som deltar i treningen blir vi enige i å utvide intervallene mellom do-turene. Det vedtas at det gjennomsnittlig skal gå 1,5 timer mellom hver gang vi fører henne til do. Men fremdeles skal hun føres til do umiddelbart etter selvinitiativ, og selvinitiativ vil således kunne føre til hyppigere do-besøk. Når det går 1,5 timer mellom hver gang hun går på do, skal trener prompte fram «jeg skal på do» og lede Marte til do. Buksesjekkene tas gjennomsnittlig hvert 40. minutt. Slik det er nå, sier hun ofte «Marte TØRRR!». Dette ignoreres, slik at hun ikke får så mye ros gjennom hele dagen at behovet for ytterligere ros gjennom det å vise selvinitiativ skal være svakt. Kriteriet for ros og annerkjennelse økes!

17. DAG

Hun har nå 4–6 «selvinitiativ» hver dag. I hvert fall de fleste er promptet fram, men promptene fades mer og mer ut. Det går klart i retning av noe som kan kalles «ekte» selvinitiativ. For å sikre generaliseringen til andre toalett enn det hun trener på i avlastningsboligen, begynner vi å trene også andre steder. Tjenesteyterne får lov til å trene noen timer i foreldrehjemmet hver dag i en kort periode. Umiddelbart øker antall uhell, men relativt raskt blir også toalet-



Figur 3: Y-aksen (0–18) viser tissing i do, uhell og selvinitiativ pr. dag. X-aksen viser dag-nummer i treningen.

tet i foreldrehjemmet innlemmet i «det nye systemet». Vi kan si at treningseffekten ble generalisert til foreldrehjemmet.

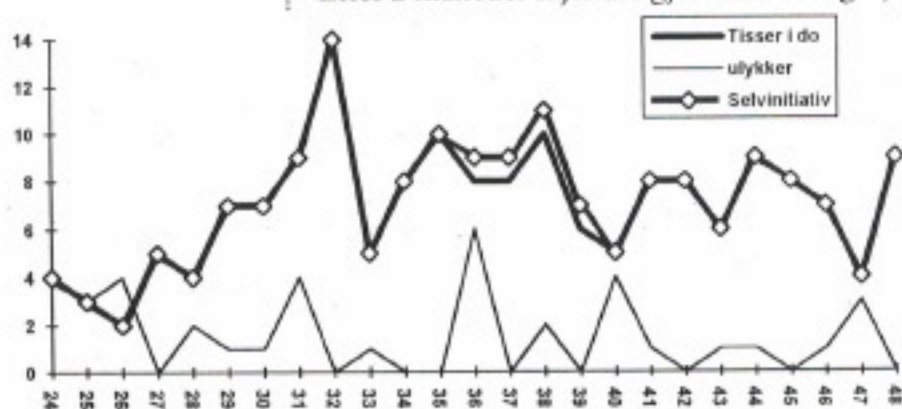
Resultatene for dag 9–21 (figur 3) viser gode resultater, idet det nesten ikke forekommer uhell, og kurvene for selvinitiativ og tissing i do nærmer hverandre. Det er med andre ord sjeldnere og sjeldnere at andre må ta kontroll over hennes tisse-atferd.

DAG 21–48

Tre-ukers perioden er over, og fra nå av er toalett-treningen ikke et eget satsingsområde. Det gjelder fremdeles regler for uhell, og det gjøres 2–6 buksesjekker hver dag, men treningen og tiltakene skjer ikke lenger på bekostning av annen trening, kos og hygge. Foreldre og tjenesteytere kan nå konsentrere seg om andre ting. Figur 4 viser at det skjer få uhell, og nesten alle do-besøk skjer etter eget initiativ.

EFFEKT OVER TID

De store forandringene kom raskt, men uhellskurven beveger seg relativt langsomt mot null. Etter 2 måneder skjer det gjennomsnittlig 1,7



Figur 4: Y-aksen (0–14) viser tissing i do, uhell og selvinitiativ pr. dag. X-aksen viser dag-nummer i treningen.

uhell pr. dag, men det kan da være 5 dager uten uhell, for så å komme 7–8 uhell på en og samme dag. Vi gjør diverse justeringer av opplegget. Fram til nå har Marte blitt plassert på en stol utenfor do i 5 minutter i etterkant av uhell, men ettersom Marte ser ut til å stor-kose seg når hun sitter der og traller for seg selv, kuttes dette tiltaket ut. Tiltaket vil nødvendigvis ikke være effektivt hvis hun liker det som er konsekvensen av uhell. Når hun tisser på seg, skal derfor følgende prosedyre innføres i stedet: Hun føres som før til do under småkjefting, og skal sette seg ned ca. 30 sekunder på toalettet. Deretter skal hun (i bolig og avlastingsbolig) ta av seg alle klærne, gå til vaskerommet, legge dem i maskinen, gå til rommet sitt, finne rene klær, ta dem på seg, gå til badet og vaske hendene. Alt dette i relativt høyt tempo, under milde men bestemte instruksjoner. (Under denne delen av prosedyren skal hun ikke få ros for å være flink. Kravene er relevante, adekvate og ligger innenfor det hun skal kunne mestre, og vi skal derfor ikke ødelegge den tilsiktede effekten gjennom å rose henne og uttrykke at vi synes synd på henne. Det er ikke synd på henne, og det kommer nok av andre anledninger hvor det er grunn til å rose henne. Det er flest av dem). De dagene det ikke skjer uhell, får hun ekstra kos om kvelden. Det kan være et eventyr eller en ekstra sang. Hun skal få vite hvorfor hun får ekstra kos. De dagene det skjer uhell får hun ikke mindre kos enn det hun hittil har pleid å få, men hun får heller ikke noe ekstra. Hun kan få vite hvorfor hun ikke får ekstra kos, men dette skal nevnes nøytralt og opplysende i en bi-setning. Uansett hva som skjer på dagtid med uhell i buksen osv., skal hun få en hyggelig avslutning på dagen hvor det formidles hvor glad de er i henne. Variasjonene skal gå mellom det koselige og det ekstra-koselige!

Dette fører til at antall uhell de neste tre ukene går ned fra gjennomsnittlig 1,7 om dagen til gjennomsnittlig 1,0 uhell pr. dag. En måned senere kan det ikke registreres ytterligere forbedringer. Det viser seg at flere nærpersoneer prompter henne (diskrét) til selvinitiativ, og at de som ikke prompter henne får omtrent alle uhellene. Noen gir også snacks til henne hver gang hun tisser i do, til tross for at treningen på

dette tidspunktet ikke skal innebære materielle forsterkere hver gang. Dette skjerpes inn. For å gjøre reglene enklere, kutter vi nå ut all form for materielle forsterkere (snacks og drikke) og gir kun sosiale forsterkere. Også disse skal trap- pes kraftig ned, da vi nå bør normalisere be- tingelsene rundt tissing mest mulig. En og en halv måned etter dette kan antall uhell måles til 0,5 pr. dag. Ved evalueringen 3 måneder etter dette igjen kan foreldre og tjenesteytere for- nøyd konstatere at situasjonen har bedret seg ytterligere, og det kan nå gå uker uten uhell. Av de etter hvert få uhellene som rapporteres, kan sansynligvis flere av dem forklares ut fra epilepsi-anfall.

VURDERING

Det beskrevne treningsopplegget strekker seg ut over en lang periode, men er i følge forel- drene i samsvar med Martes generelle lærings- profil. Vi understreker at det kun er de 3 første ukene at treningen er et hovedtema i Martes liv. Resten er først og fremst oppfølging av gamle regler, med enkelte justeringer under- veis. Ved en hver trening hvor resultatene lar vente på seg, bør det vurderes om treningen bør fortsette. En slik vurdering ble også gjort i dette tilfellet. Dersom vi hadde sagt oss for- nøyd med at hun ble tilnærmet uten uhell, men

Tiltakene som beskrives her kan lett komme ut av styring, og krever derfor stor grad av forsiktighet, åpenhet og refleksjon. Marginene mellom det etisk tilrådelige og det etisk uforsvarlige er hårfine, og tiltakene må være gjenstand for kontinuerlig disku- sjon og evaluering. Kvalifiserte veiledere fra PP-tjenesten, Habi- literingstjenesten eller tilsvarende *må* være involvert i treningen når denne er så intensiv og inngripende som det som beskrives her.

avhengig av å bli promptet/hjulpel til å gå på do, kunne vi avsluttet med suksess etter noen få uker. Men det opprinnelige målet ble satt til at hun selv skulle kjenne etter blærepres og ta ini- tiativ til å gå på do, noe som er betydelig mer avansert og krevende. Foreldrene valgte å opp- rettholde dette målet, og treningen tok følge- lig lenger tid.

REFERANSER

- Amtzen, E., Almås, I.K., Strømme, K. & Eimhjellen, R. (1992) Renslighetstrening. *Diskriminanten*, 4, 8–29.
- Azrin, N.H. & Foxx, R.M. (1971) A rapid method of toilet training in the retarded. *Journal of applied Behavior Analysis*, 4, 89–99.
- Foxx, R.M. & Azrin, N.H. (1973) *Toilet training the retarded*. Champaign, Illinois: Research Press.

Kurs og seminarer

TEMA	STED/TID	ARRANGØR
Landskonferanse for PPT	Sundvollen, 5.–6. desember	Faglig enhet PPT/Felles-organisasjonen, F.O.
Temadag om EDB og spesialundervisning i Norsk	Birkelid, 1. desember	Birkelid kompetansesenter, Brennaasen
Temadag om EDB og spesialundervisning i matematikk	Birkelid, 2. desember	Birkelid kompetansesenter, Brennaasen
EDB-programvare for spesialundervisning	25.–26. januar	Birkelid kompetansesenter, Brennaasen
Grunnkurs i elementære MS-DOS-rutiner	27. januar	Birkelid kompetansesenter, Brennaasen
TEACCH-metodikken	7.–8. februar	Birkelid kompetansesenter, Brennaasen
International Special Education Congress	Birmingham, 10.–13. april	School of Education, Univ. of Birmingham (kontakt: Arne Østli, tlf. 33 33 63 63)
Den 18. Nordiske terapikongress	Lillehammer, 9.–11. august	Teamforeningen v/Jon Lange, Ullevål sykehus