

# Elterninformation zur Kinderhypnose

Sehr geehrte Eltern!

Ich gebe Ihnen einige Informationen zur Hypnose im Allgemeinen und zur Kinderhypnose im Speziellen.

Hypnose beruht auf dem Prinzip, daß der Therapeut den Patienten anleitet, sich Selbst zu hypnotisieren, d.h. sich z.B. auf angenehme Urlaubsgedanken zu konzentrieren. Je besser der Patient sich konzentrieren kann, je besser seine Vorstellungskraft ist, desto schneller und tiefer geht er in Trance. Sie kennen sicher das Gefühl, daß Sie beim Lesen eines Buches oder beim Sehen eines spannenden Filmes alles um sich herum vergessen, oder die Umgebung jedenfalls in weite Ferne rückt. Diese sogenannte Alltagstrance wird in der medizinischen Hypnose ausgenutzt, um die Zahnbehandlung für den Patienten so angenehm wie möglich zu gestalten. Der Patient ist in diesem Zustand weder willenlos noch handlungsunfähig. Durch beruhigende und angenehme Suggestionen wird durch den Therapeuten jedoch ein Klima geschaffen, das den Patienten in Trance hält. In diesem Zustand sind sogar operative Zahnentfernungen ohne Anästhesie (Spritze) möglich. Wichtig ist, daß der Patient Dinge, die er als unangenehm wahrnimmt, dazu benutzt, um sich noch besser auf seine angenehmen Gedanken zu konzentrieren, und so tiefer in Trance zu gehen. Viele Patienten berichten, sie hätten zwar die gesamte Behandlung mehr oder weniger mitbekommen, jedoch sei ihnen dies vollkommen egal gewesen. Je nach Bedarf kann ein Erwachsener so problemlos bis zu einer Stunde und mehr in Trance gehalten werden.

Kinder sind von ihrer Natur her nicht in der Lage, sich so lange zu konzentrieren. Um sie von der Zahnbehandlung weg zu konzentrieren und sie in Trance zu halten, verwenden wir verschiedene Techniken:

## Was wir tun!

1. Wir verwenden für alle unsere Instrumente und Handlungen nur **positive Begriffe**. Bohren, reißen etc. sind schon von vorne herein mit Angst besetzt. Wir putzen und streicheln Zähne, machen sie sauber, das ist neutral oder positiv. So gibt es in meiner Ordination auch nur ZahnPutzer und ZahnStreichler. Selbst wenn das Kind sagt: "Das ist ja ein Bohrer!", bleibe ich dabei und sage: "Das ist ein Putzer!" Nach einigem Hin und Her wird diese Umformulierung schlußendlich von allen Kindern akzeptiert.

2. Wir erklären jeden Schritt der Behandlung im Vorhinein unter Verwendung oben genannter Formulierungen. Während der Behandlung gehen wir nur soweit, wie es das Kind zuläßt. Das Behandlungsziel wird mit dem Kind ausgemacht. Unser Ziel ist das Putzen eines Zahnes oder mehrerer Zähne, das Herausnehmen eines Zahnes etc.. Das Ziel des Kindes ist, keine Schmerzen bei der Behandlung zu haben und so wenig wie möglich von der Behandlung mitzubekommen. So kann das Einverständnis des Kindes schon durchaus einige Diskussionen erfordern. In dieser Phase der Behandlung kann es auch vorkommen, daß das Kind weint, versucht vom Stuhl aufzustehen, um sich schlägt etc.. Wir halten Kinder dann mit sanftem Nachdruck am Stuhl. Wenn das Kind merkt, daß es mit dieser Taktik sein Ziel nicht erreicht, ist ein problemloses Weiterbehandeln möglich. Das Ausweiten eines ausgemachten Behandlungszieles am Ende einer Hypnosesitzung ist jedoch in den meisten Fällen nicht möglich.

3. Wir erzählen Geschichten mit denen wir die Kinder von der Zahnbehandlung fortführen. Wenn unsere Sprache und die Erzählung manchmal etwas konfus klingen, so geschieht dies mit voller Absicht. Die sogenannte Konfusionstechnik (Verwirrungstechnik) ist eine der wirksamsten Methoden um Ihr Kind in Trance zu halten.

Schlußendlich berühren wir Ihr Kind während der gesamten Behandlung. Kinder brauchen während der Behandlung andauernd Körperkontakt (Halten und Beschützen). Dieses Halten geschieht liebevoll, manchmal aber auch mit dem nötigen Nachdruck. Immer jedoch so, daß wir für eine sichere Behandlung Ihres Kindes garantieren können, und sich das Kind wohl fühlt. Wir arbeiten gerade bei Kindern sehr viel mit Berührungstechniken und geben damit dem Kind ein Gefühl der Sicherheit und Geborgenheit. Das Halten des Kopfes, des Bauches, der Herzregion dient dem Schutz und der Abgrenzung. Darüber hinaus lösen manche Griffe Trance aus und vertiefen sie.

### Spezielle Situationen

Es gibt immer wieder Situationen während der Behandlung, bei denen das Kind etwas spürt. Wir umschreiben dieses Spüren ganz bewußt mit "Kitzeln" oder "Zwicken" und nicht mit Schmerz. Bitte übernehmen Sie unsere Bezeichnungen, um Ihr Kind nicht nach der Behandlung, wenn es sich bereits wieder gut fühlt, etwa mit der Frage - "Hat es weh getan?" - an ein ungutes Gefühl zu erinnern. Entscheidend für eine gute Erfahrung beim Zahnarzt ist nicht die Behandlung, sondern das Gefühl und die Erinnerung mit der das Kind den Stuhl und unsere Ordination verläßt.

Wir verwenden nach der eigentlichen Zahnbehandlung einige Zeit dazu, um das Kind in einen noch positiveren und noch besseren Zustand zu bringen. Wir fragen Ihr Kind, **wie es sich jetzt fühlt** (und nicht wie die Zahnbehandlung war), damit

helfen wir Ihrem Kind positive Erfahrungen beim Zahnarzt zu sammeln. Verstärken Sie diesen Eindruck, indem Sie Ihr Kind loben, wie toll es alles gemacht hat.

## Schreitrance

90 % der Behandlungen verlaufen in einer angenehmen und ruhigen Atmosphäre.

In Ausnahmefällen (Behandlung akuter Schmerzen, eitrige Entzündungen) kommt es jedoch vor, daß ein Kind laut wird, d.h. zu schreien beginnt. Für die Eltern stellt dies eine sehr unangenehme Situation dar. Aus diesem Grund möchte ich auf die sogenannte "**Schreitrance**" etwas näher eingehen, um Ihnen zu helfen, auch mit dieser Situation umgehen zu können.

Wir benutzen das Schreien des Kindes, um es in eine noch tiefere Trance zu führen. Während dieser Trance ist für unser Team entscheidend, daß das Kind den Zahn ruhig hält, und sich behandeln läßt. Das ist für uns das wesentliche Kriterium, um die Behandlung fortzusetzen. Beim Kind geschieht beim Schreien folgendes:

Durch das Schreien werden alle Sinneskanäle zum Gehirn überlastet, auch alle Schmerzbahnen werden blockiert! (*Haben sie sich schon einmal mit dem Hammer auf den Finger geschlagen und dann losgebrüllt?*) Daher spürt das Kind sehr wenig. Das Kind hyperventiliert auch (vermehrtes Ein- und Ausatmen) und dadurch kommt zu einer Änderung des pH-Wertes des Blutes. Dies trägt ebenfalls zur Schmerzkontrolle bei.

**Halten Sie sich während dieser Ausnahmesituation bitte immer vor Augen, daß ihr Kind nicht aus Schmerz laut ist, sondern um uns zu signalisieren, daß es Angst hat und um sich selber tiefer in Trance zu versetzen.**

Nach Beendigung der Behandlung in Schreitrance führen wir das Kind gezielt wieder in einen positiven und angenehmen Zustand. Dies kann einige Zeit in Anspruch nehmen. Bitte geben Sie uns diese Zeit, um Ihrem Kind ein positives Gefühl zu vermitteln. Ein Eingreifen in diese Behandlung Ihrerseits, kann zu einem Mißerfolg derselben führen. Im Regelfall gelingt es uns immer, das Kind mit einem angenehmen Gefühl und einer positiven Erinnerung an die Behandlung zu entlassen.

Für Eltern ist es oft sehr schwer möglich die Trancetiefe bzw. den Grad der Hypnose zu beurteilen. Kinder können z.B. mit offenen Augen in eine tiefe Trance gehen. Halten Sie sich bitte auch vor Augen, daß unser Ziel die Sanierung der Zähne verbunden mit einem positiven Eindruck des Behandlungsablaufes ist. Beurteilen sie bitte unsere Hypnoseleistung am Behandlungsergebnis, und dem positiven Eindruck den wir bei Ihrem Kind hinterlassen haben. Generell bezahlen Sie auch die vermehrte Zeit die wir brauchen, um Ihr Kind zu behandeln.

In manchen Fällen ist es notwendig, in der ersten Sitzung eine Leerhypnose zu machen. D.h. es wird kein Zahn behandelt. Diese Sitzung dient dazu, ein Vertrauensverhältnis zum Kind aufzubauen und es für die Zahnbehandlung vorzubereiten.

### Tips zum Zahnarztbesuch

#### **Anbei noch einige Tips, wie Sie Ihrem Kind vor und während des Zahnarztbesuchs helfen können!**

- Streichen Sie die Belohnungsgeschenke.

Der Streß beim Zahnarzt ist schon groß genug. Wenn sich Ihr Kind noch etwas verdienen muß oder soll, gerät es nur zusätzlich unter Druck.

- Vermeiden Sie Verneinungen.

Wenn Sie Ihrem Kind sagen:

Das tut nicht weh!", "Du wirst gar nichts spüren!". Ihr Kind versteht aber *"Es tut weh", "Ich werde etwas spüren!"*  
*"Fürchte Dich nicht!" -> "Fürchte Dich!"*

#### **Das Unterbewußtsein kennt keine Verneinungen.**

- Negativerzählungen anderer über Zahnarztbesuche mit Ihrem Kind zu Hause besprechen
- Sie als Eltern sollten sich selbst nur positiv über ihre Zahnarterfahrungen äußern! Fehlen Ihnen positive Erfahrungen, sollten Sie lieber nichts sagen.
- Wenn Sie als Eltern bereits eigene Hypnoseerfahrungen haben, sollten Sie über das angenehme Hypnoseerlebnis erzählen.
- Bestärken Sie Ihr Kind darin, alleine ins Behandlungszimmer zu gehen. Sollte dies anfänglich nicht möglich sein, kann auch eine Begleitperson bei der Behandlung anwesend sein. Haben Sie bitte Verständnis, daß wir wirklich **nur eine** Begleitperson in den Behandlungsraum lassen.
- Sollten wir Sie auffordern Ihr Kind zu halten, halten Sie es bitte ruhig. Streicheln erzeugt Gefühl und fordert das Kind auf, Berührungen mehr wahr zu nehmen. Das führt auch dazu, mehr von der Zahnbehandlung zu spüren, und das wollen wir ja eigentlich vermeiden.

- Bitte überlassen Sie uns die Führung Ihres Kindes und befolgen Sie unsere Anweisungen – auch wenn es Ihnen in diesem Moment schwerfällt oder Ihnen manches unverständlich ist. Nur durch eine gute Zusammenarbeit zwischen Eltern und Zahnarzt ist eine erfolgversprechende und angenehme Behandlung möglich.

Ich hoffe, Ihnen genug Informationen gegeben zu haben, damit Sie unsere Behandlung mit dem Kind bestmöglich unterstützen können und sich auch in schwierigen Situationen richtig zu verhalten wissen. Sollten noch Fragen offen geblieben sein, wenden Sie sich bitte an unser Team.