

TROST SPENDEN WÄHREND EINES NASENABSTRICHS

AUSGABE
COVID-19

VORBEREITUNG: Erklären Sie Ihrem Kind vor dem Test 1. dass er nur 20-30 Sekunden dauern wird (so lange wie das «Happy Birthday»-Lied), 2. dass das medizinische Personal Masken und Kittel tragen werden und deshalb anders als sonst aussehen werden, 3. dass Sie bei Ihrem Kind sein werden, 4. dass das Kind am besten mithelfen kann, dass alles einfacher und schneller vorbeigeht, indem es ganz still sitzen bleibt.

TRÖSTENDE POSITION: Halten Sie Ihr Kind auf eine Weise, die seine Sicherheit garantiert, aber ihm auch Ihre beruhigende Präsenz vermittelt. Die beste Vorgehensweise ist wahrscheinlich, das Kind auf Ihrem Schoß zu halten, sodass es sich gegen Sie anlehnen kann. Dies funktioniert ebenfalls super mit älteren Kindern...wir sind nie zu alt, um uns von unseren Nächsten trösten zu lassen!

ABLENKUNG: Nutzen sie die natürliche Fähigkeit die Kinder brauchen, wenn sie völlig in Videos, in ein Spiel oder andere Aktivitäten einzutauchen, um ihren Gemütszustand zu verändern. Kinder können Unangenehmes ignorieren – genau so, wie sie es überhören, wenn Sie ihren Namen rufen! Zeigen Sie ihm ein Video, singen Sie ein Lied, erzählen Sie eine Geschichte...lassen Sie ihr Kind auswählen, worauf es sich gerne konzentrieren

NUTZEN SIE ANDERE SINNESWAHRNEHMUNGEN: Es hilft Kindern, wenn sie sich auf Sinneseindrücke wie eine Stirn- oder Handmassage konzentrieren können, oder ein Lieblingskuscheltier umarmen oder Musik hören können. So konzentrieren sie sich weniger auf unangenehme Eindrücke, und die Zeit vergeht

ERSTELLEN SIE EINEN PLAN: Alles ist einfacher, wenn das Kind weiss, was auf es zukommt! Wir haben ein tolles Arbeitsblatt zur Erstellung einer Strategie auf unserer Webseite. Lassen Sie Ihr Kind auch eine Belohnung auswählen, auf die es sich nach der Behandlung freuen darf!

DIE BESTE STRATEGIE? ATMEN SIE TIEF EIN UND BESINNEN SIE SICH...KINDER NEHMEN IHRE RUHE AUF!

Detailliertere Infos finden Sie hier:
www.megfoundationforpain.org