



## **Kinderhypnose (nach Dr. Schoderböck Österreich)**

### **Was ist Trance?**

Trance ist ein natürlicher und sehr häufig auftretender Zustand. Kinder (und auch Erwachsene) befinden sich sehr häufig in Trance, z. B. beim Fernsehen, Lesen eines spannenden Buches, bei einem interessanten Gespräch. Trance ist vor allem durch die Einengung (Fokussierung) der Aufmerksamkeit gekennzeichnet. In gewissen Bereichen des Lebens tritt Trance beinahe automatisch auf. Eine dieser Situationen ist der Zahnarztbesuch. Dort kann es allerdings auch zum Auftreten einer negativen Trance (sog. Dystrance) kommen.

### **Hypnose ist die Anleitung zu einer positiven Trance.**

Dies erfordert manchmal eine gewisse Zeit und Mitarbeit des Patienten. Wehrt sich das Kind von Anfang an ist eine Behandlung manchmal nicht möglich, d. h. es kann sein, dass diese negative Trance nicht in eine positive umgedreht werden kann. In den meisten Fällen gelingt jedoch das Hineinführen in einen positiven Zustand.

### **Ist eine Behandlung schon in der ersten Sitzung möglich?**

Dies ist in etwa 70 % der Fälle möglich. Bei sehr schwierigen Kindern kann es sein, dass wir in der ersten Sitzung eine Trainingshypnose machen um das Kind an einen positiven Zustand zu gewöhnen. Erst in der zweiten Sitzung kann dann mit der Zahnbehandlung begonnen werden.

### **Was ist wenn es nicht klappt?**

Manche Kinder verweigern jede Art der Kommunikation und Zusammenarbeit. Dies lässt sich nach sehr kurzer Zeit feststellen. In diesem Fall brechen wir die Hypnosesitzung ab. Ein langes und intensives Einreden oder Verhandeln mit dem Kind bringt erfahrungsgemäß nichts! Sie müssen dann die Sitzung nicht bezahlen. Betrachten Sie das Ganze, auch wenn es schwer fällt als einen Ausflug. Kinder ändern sich und vielleicht schaut die ganze Sache in einem halben Jahr ganz anders aus.

### **Wie viele Hypnosesitzungen braucht mein Kind?**

Im Durchschnitt 3 Sitzungen, ab dann sind die meisten Kinder „normal“, dh. ohne größeren Aufwand an Zeit und Zuwendung behandelbar.

### **Wie viele Zähne können in einer Sitzung behandelt werden?**

Dies ist sehr unterschiedlich und hängt von verschiedenen Faktoren ab. Ein mit dem Kind ausgemachtes Behandlungsziel kann meist nicht erweitert werden. Bitte haben Sie etwas Geduld. Eines der wichtigsten Ziele in der Kinderhypnosebehandlung ist es das Kind an die Behandlung zu gewöhnen und den Zahnarztbesuch zu einem normalen Erlebnis werden zu lassen.

### **Bekommt mein Kind eine Spritze zur Behandlung?**

Bei schmerzhaften Eingriffen (herausnehmen des Zahnes, Einlage in den Zahn) wird der **Zahn schlafen geschickt**. (Bitte übernehmen Sie diese Ausdrucksweise und sprechen Sie nicht von Spritze)  
Das Applizieren der Anästhesie ist ein sehr kritischer oft entscheidender Punkt der Behandlung und Ihr Kind sollte von diesem Vorgang so wenig wie möglich mitbekommen!

### **Was machen wir in der Hypnosesitzung genau?**

- Wir verwenden für alle unsere Instrumente und Handlungen nur positive Begriffe.
- 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 die Aufmerksamkeit Ihres Kindes von der Zahnbehandlung weg zu lenken.

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. Wir arbeiten gerade bei Kindern sehr viel mit Grifftechniken, um dem Kind ein Gefühl der Sicherheit und Geborgenheit zu geben.

### **Gibt es spezielle Situationen bei der Zahnbehandlung?**

Es gibt immer wieder Situationen während der Behandlung, bei denen das Kind etwas spürt. Wir bezeichnen dieses Spüren ganz bewusst als „Kitzeln“ oder „Zwicken“ und nicht als 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.

Deshalb verwenden wir nach der eigentlichen Zahnbehandlung einige Zeit dazu, um das Kind in einen positiven und guten 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.

### **Wie können Sie Ihr Kind unterstützen?**

Sie können Ihrem Kind den Zahnarztbesuch wesentlich erleichtern, wenn Sie folgende "Regeln für Eltern" beachten:

#### **Vor der Behandlung:**

- Streichen Sie die Belohnungsgeschenke (Der Stress ist schon groß genug. Wenn sich Ihr Kind noch etwas verdienen soll, gerät es nur zusätzlich unter Druck).
- Vermeiden Sie Verneinungen! Wenn Sie Ihrem Kind sagen: "Das tut nicht weh!", "Du wirst gar nichts spüren!", versteht Ihr Kind aber "Es tut weh", "Ich werde etwas spüren"! "Fürchte Dich nicht! " -> "Fürchte Dich!"  
**Das Unterbewusstsein kennt keine Verneinung!**
- Negativerzählungen über Zahnarztbesuche von anderen zu Hause mit Ihrem Kind besprechen. Sie als Eltern sollten sich selbst nur positiv über ihre Zahnarterfahrungen äußern! Fehlen ihnen positive Erfahrungen, sollten Sie lieber nichts sagen.
- Sprechen Sie nicht zuviel über Behandlungsvorgänge, da Sie Ihrem Kind damit unnötige Angst einflößen. Wir erklären Ihrem Kind alles!
- Wenn Sie als Eltern bereits eigene Hypnoseerfahrungen haben, sollten Sie über das angenehme Hypnoseerlebnis erzählen.
- Bestärken Sie die Kinder 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.
- Bitte überlassen Sie uns die Führung Ihres Kindes und befolgen Sie unsere Anweisungen – auch wenn es Ihnen in diesem Moment schwer fällt oder es Ihnen unverständlich ist. Nur durch eine gute Zusammenarbeit zwischen Eltern und Zahnarzt ist eine erfolversprechende und angenehme Behandlung möglich.