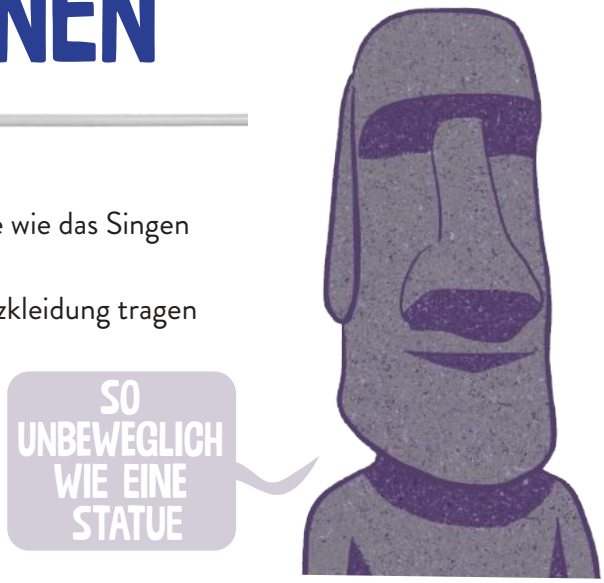
WIE SIE SICHERHEIT UND VERTRAUEN BEIM NASENABSTRICH FÖRDERN KÖNNEN

Vorbereitung:

Lassen Sie Ihr Kind vor dem Test wissen:

1. Dieser wird 20-30 Sekunden dauern (etwa so lange wie das Singen des Happy Birthday-Liedes)
2. Das medizinische Personal wird Masken und Schutzkleidung tragen und anders aussehen als sonst.
3. Sie dürfen bei Ihrem Kind sein
4) Alles wird einfacher und schneller gehen, wenn es sich “so unbeweglich wie eine Statue” hinsetzt.



Comfort Position:

Halten Sie Ihr Kind in einer Position, in welcher es sich sicher und geborgen fühlt. Lassen Sie es Ihre tröstende, beruhigende Präsenz spüren. Bewährt hat sich, wenn Ihr Kind auf Ihrem Schoss sitzt, mit dem Rücken zu Ihrer Brust. Selbst für ältere Kinder kann das hilfreich sein.- Wir sind nie zu alt, um von den Menschen, die wir lieben, Sicherheit und Geborgenheit zu spüren!

Andere Sinne Benutzen:

Sinneserfahrungen wie Stirn- oder Handmassage, die Umarmung eines Lieblingstieres oder das Hören von Musik helfen dem Kind, seine Gedanken auf etwas Angenehmes umzulenken und dadurch scheinen die Zeit und der Abstrich schneller zu vergehen.

Alternativer Focus:

Nutzen Sie die natürliche Fähigkeit eines Kindes, sich auf ein Video, ein Spielzeug oder eine Aktivität zu fokussieren, um die Wahrnehmung seiner Gefühle zu verändern. Kinder können Unangenehmes genauso ignorieren, wie sie nicht hinhören, wenn Sie sie bei Namen rufen, während sie ganz vertieft ins Spiel sind! Schauen Sie sich gemeinsam ein Video an, singen Sie Ihrem Kind ein Lied vor, erzählen Sie eine Geschichte.- Geben Sie dem Kind die Möglichkeit selbst eine Aktivität auszuwählen, auf welche es sich konzentrieren möchte.

Machen sie einen Plan!

Wir alle meistern Situationen besser, wenn wir wissen, was uns erwartet! Wir haben für die Kinder einen entsprechenden Strategieplan entwickelt. Diesen finden Sie auf unserer Homepage. Planen Sie auf jeden Fall ein, dass Ihr Kind sich eine kleine Belohnung aussuchen darf, auf welche es sich freuen kann, wenn alles geschafft ist!

Die beste strategie? Atmen sie tief ein und zentrieren sie sich...

Kinder übernehmen ihre ruhe!

Für detailliertere informationen siehe:

Meg Foundation
MEGFOUNDATIONFORPAIN.ORG