

## Ein Leitfaden für Eltern, um Behandlungen zu erleichtern

**Dieser Text soll Ihnen helfen, Ihr Kind gut zu unterstützen, wenn es eine Behandlung wie zum Beispiel eine Blutentnahme, einen Verbandswechsel, eine Wundnaht oder eine andere Untersuchung braucht.**

### Vermeiden Sie vermeintlich beruhigende Sätze mit falschen Versprechen

Sätze wie: «Du musst keine Angst haben.», «Es geht ganz schnell.», oder «Das tut nicht weh.» klingen tröstlich, können aber das Gegenteil bewirken. Solche Versprechen machen Kinder oft misstrauisch und verunsichern sie, weil sie «Gefahr wittern». Das Vertrauen Ihres Kindes kann so geschwächt werden.

### Verwenden Sie positive Worte

«Wir sind alle da, um dir zu helfen.», «Die Ärzt:innen und Pflegekräfte unterstützen dich.». Solche Worte können Ihrem Kind Mut machen und ihm helfen, sich sicherer zu fühlen.

### Ihre Haltung macht einen Unterschied

Kinder nehmen Ihre Stimmung wahr. Wenn Sie ruhig und positiv sind, bleibt auch Ihr Kind eher ruhig. Wenn Sie nervös sind, versuchen Sie, tief durchzuatmen und sich zu entspannen – das hilft auch Ihrem Kind.



### **Comfort-Positionierung: Sicherheit durch Nähe**

Comfort-Positionierung heisst, Ihr Kind so zu lagern, dass ihm wohl ist und es in Körperkontakt mit Ihnen oder einer anderen Bezugsperson sein kann. Das hilft Ihrem Kind, sich sicher zu fühlen und ruhiger zu bleiben.

### **Loben Sie Ihr Kind**

Loben Sie Ihr Kind ehrlich – auch für kleine Fortschritte. Das stärkt sein Selbstvertrauen und gibt ihm ein gutes Gefühl.

### **Ablenkung hilft**

Ablenkung vor, während und kurz nach einer Behandlung kann unangenehme Empfindungen Ihres Kindes reduzieren, indem die Aufmerksamkeit auf etwas Anderes gelenkt wird.

Geeignet dafür sind Spielsachen, Musik, Videos, Bücher oder Seifenblasen. Grösseren Kindern können Fantasie-reisen an einen schönen Ort helfen. Sie können auch einfach eine Geschichte erzählen. Das Team vor Ort unterstützt Sie dabei gerne.

Eine schöne Geschichte zum Hören finden sie auf You tube: «Die Löwengeschichte – macht dich mutig und stark». Das hilft Kindern, ihre Angst besser zu verstehen und zu überwinden.

