

# **Altersgerechte Entspannungstechniken bei Kindern und Jugendlichen während der Zahnärztlichen Behandlung**

von Ute Stein, Berlin

... Wer noch staunen kann, hat die Freude nicht verloren ...

In der Behandlung von Kindern ist eine hohe Flexibilität seitens des Behandlers / der Behandlerin erforderlich. Veränderte soziale Strukturen führen verstärkt zu Störungen im kindlichen Verhalten. Der Anteil hyperaktiver, unsicherer und aggressiver Kinder ist stark im Zunehmen begriffen.

Als Zahnärzte/innen sind wir zum einen die Übermittler "der Mission" von der Zahngesundheit bei unseren kleinen Patienten, zum anderen wird uns sehr oft die Rolle des, für die Zahngesundheit Verantwortlichen für diese, von deren Eltern zugedacht. Leider werden manche Begegnungen zwischen Kind und Behandler/in von beiden Seiten (!) traumatisch erlebt, die eine weitere Compliance zwischen unseren jungen Patienten und uns unmöglich erscheinen lassen.

## **Was ist im Allgemeinen bei der Behandlung von Kindern zu berücksichtigen?**

In meiner Praxis haben sich folgende Vorgehensweisen erfolgreich bewährt:

1. Altersgerechtes Eingehen unter Berücksichtigung persönlicher Strukturen.
2. "Direktives" Aufeinanderzugehen ohne Verniedlichungen.
3. Grenzen und Regeln für den Behandlungsrahmen gemeinsam erarbeiten und diese von beiden Seiten respektieren – Verträge mit den Kindern schließen.
4. genaue Zielformulierungen vorgeben.
5. Zeit und Geduld von Behandler- und Elternseite einplanen  
- eine Behandlungseinheit bei Kindern bis ca. 8 Jahre sollte maximal 25 Minuten umfassen, d.h. es sind u.U. mehrere Sitzungen notwendig.
6. Das Verhalten der kleinen Patienten aus der aktuellen Situation pacen, d.h. Verständnis und Mitgefühl für deren Situation zeigen
7. Ehrlichkeit und Vertrauen als Basis für eine gute Zusammenarbeit - oft nach dem Prinzip der kleinen Schritte.
8. Loben, Loben, Loben - für die Mundöffnung, für das Anlegen einer Matrize, für das Einsetzen verschiedener Instrumente ...
9. Sicherheit vermitteln, d.h. Installieren einer Notbremse, die das Kind auch benutzen darf und die von uns respektiert wird
10. Einbezug der Eltern, soweit dies möglich ist - dem Kind keine Geschenke versprechen

Für einen adäquaten Umgang mit Kindern - und dies gilt natürlich ebenso für die Behandlung jugendlicher und erwachsener Patienten - ist es oft sinnvoll, ein Gespräch mit dem Kind als Patient und den Eltern zu führen. Oft gewinnt man einen tieferen Einblick in die Ursache für das sog. Fehlverhalten beim Zahnarzt. Gleichzeitig ist dies eine gute Möglichkeit, sich auf das Kind einzustellen, d.h. einen Rapport aufzubauen zwischen Kind, Behandler/in, Zahnarthelferin und Eltern. Wenn es vom Therapiekonzept her möglich ist, beziehen wir einen Angehörigen ein, der nicht stört.

Als Behandler/in sollten wir über ein breites Spektrum an Spiel- und Faszinationsmöglichkeiten verfügen. Das Angebot für therapeutische Handpuppen ist in den vergangenen Jahren erheblich erweitert worden und umfaßt in meiner Praxis inzwischen einen kleinen Zoo, angefangen vom Affen, der kuschelt, dem Igel Itzo, der immer Beifall klatscht, dem Känguruh, mit seinem Überraschungsbauch, dem Krokodil vom Nil, welches sein Maul ganz weit öffnen kann, dem kleinen Dino, der riesengroße Angst hat und sich lieber in seinem Ei versteckt, dem Zauberhasen, der das Licht anzaubert und dabei immer gleichzeitig den Mund öffnen läßt ... bis zur Zauberkugel, die viele Geschichten weiß. Der eigenen Phantasie sind hier keine Grenzen gesetzt.

Wichtig ist, in der Kinderbehandlung die verschiedenen Entwicklungsstadien des Kindes zu berücksichtigen.

**A) Kinder unter 6 Jahren** können sich nicht in die Lage anderer Personen versetzen. Sie nehmen alles wörtlich und Ironie ist hier völlig fehl am Platz. Zukunftsweisende Bemerkungen, wie "wenn Du dich nicht behandeln läßt, dann wird dir der Zahn später weh tun oder Du mußt nächste Woche wiederkommen", haben in diesem Alter keinen Sinn, da logische Zusammenhänge in dieser Form noch nicht erkannt und verarbeitet werden können. Die Kinder erkennen wohl die Strukturen von Ereignissen, aber nicht den Bezug zu damit verbundenen möglichen Konsequenzen. FREUD spricht von der sog. Phallischen Phase.

Über taktile Stimulation, d.h. über sanfte Berührungen und Körperkontakt kann das Kind von der Behandlungssituation abgelenkt und der Rapport aufgebaut werden.

**B) Kinder bis zum 9. Lebensjahr** betrachten ihre Welt größtenteils auf magische Art und Weise. Sie erleben Ihre Umwelt wie im Märchen. Das soziale Bewußtsein prägt sich in dieser Entwicklungsphase stärker aus und das logische Denken beginnt sich zu entwickeln. In diese Zeit fällt auch der Zahnwechsel. Nach FREUD sprechen wir hier von der Latenzphase in der Entwicklung des Kindes.

Mit Kindern diesen Alters arbeiten wir in der Praxis mit sprechenden Tieren, singenden Bohrern, schlafenden Zähnchen, Zauberarmen u.v.m. Die Kinder genießen die Metaphern und Geschichten bzw. Märchen, die in die Behandlung eingebunden werden und helfen, die Behandlungsbereitschaft aufrechtzuerhalten.

**C)** Bis zum **11. Lebensjahr** ist das Denken der Jungen und Mädchen an konkrete Objekte gebunden. Sie erkennen logische Zusammenhänge und überprüfen die eigenen und unsere Glaubenswerte auf logischen Gehalt. Die Wahrheit steht in diesem Alter mit an erster Stelle, unabhängig davon, wie mit dieser vom einzelnen Kind umgegangen wird.

In Trancen verwende ich hier Formulierungen, die anschaulich und konkret den Kindern helfen, sich zu entspannen. Vage und ungenaue bzw. sog. offene Suggestionen sind meistens ungeeignet.

**D)** Das Denken von Kindern ab dem **11./12. Lebensjahr** wird von deren Eintritt in die Phase des formalen Denkens bestimmt. Der Beginn der Pubertät bringt zum einen einen kreativen Schub in der persönlichen Entwicklung, zum anderen z.T. destruktives Verhalten. Die Kinder beginnen nach eigenen inneren Werten zu suchen, stellen Vergleiche an und sind oft von Selbstzweifeln hinsichtlich ihres Verhaltens, ihres Äußeren o.a. befallen. Den eigenen Familienangehörigen entfremden sie sich und lehnen offene Zärtlichkeit und Zuneigung ihnen gegenüber ab.

Gleichzeitig entwickeln sie aber auch eine beginnende Eigenverantwortlichkeit, die in der Praxis gut genutzt werden kann, z.B. in Form einer selbständigen Terminvereinbarung.

In Hypnoseseitzungen kann das kausale Denken in den Aufbau von Trancen eingebaut werden, z.B. in Form von Suggestionen, wie "immer dann, wenn es notwendig für den Erhalt Deiner Zahngesundheit ist und Du Dich in zahnärztliche Behandlung begibst, kannst Du Dich bei der Berührung Deiner Schultern an die Rückenlehne des Behandlungstuhles, gut und tief entspannen ..."

**E)** Bei Jugendlichen **zwischen 14-17 Jahren** liegt wahrscheinlich die größte Hypnotisierbarkeit. Auf der Suche nach der eigenen Identität "schweben" die Teenies in einer Art Dauertrance. Bei beiden Geschlechtern treten Minderwertigkeitskomplexe auf und sie orientieren sich nach eigenen Leitbildern. Soziale Rangordnungen können zunehmend eine wichtige Rolle spielen. Gleichmaßen kann es in der persönlichen Entwicklung zu einer inneren Stabilität kommen, die aber immer wieder von dem Gefühl des "himmelhoch jauchzend - zu Tode betrübt" beeinträchtigt wird.

Es ist oft die Zeit der ersten großen Liebe und die Jugendlichen entziehen sich mehr und mehr der elterlichen Fürsorge. FREUD spricht von der Genitalphase. Durch den "Dauertrance- Zustand" ist ein gutes Arbeiten in Trance möglich. Der Rapport wird gut aufrechterhalten, wenn man die Bedürfnisse der jungen Patienten erkennt und nutzt - gleichzeitig unterstützt vom Patient mitgebrachte Musik die zahnärztliche Behandlung.