

Elternratgeber: So bereiten Sie Ihr Kind auf die Behandlung vor

Dieses Handout soll Ihnen als Eltern helfen, Ihr Kind auf die Behandlung vorzubereiten. Sie finden hier Tipps für verschiedene Altersgruppen, Do's & Don'ts sowie Hinweise, wie Sie Ihr Kind angstfrei begleiten können.

1. Grundprinzipien

- Ehrlich sein: Nichts erfinden oder Risiken verschweigen.
- Einfach erklären: Kurze Sätze, keine Fremdwörter.
- Kind einbeziehen: Fragen beantworten, Ängste ernst nehmen.
- Sicherheit geben: „Du bist nicht allein, ich bin bei dir.“

2. Tipps nach Altersgruppen

0–3 Jahre (Kleinkinder)

Verständnis ist begrenzt → keine ausführlichen Erklärungen nötig. Wichtig: Nähe, Körperkontakt, ruhige Stimme.

Beispiel: „Da schaut jemand, ob dein Körper sich gut bewegen kann. Ich bleibe bei dir.“

4–6 Jahre (Kindergarten)

Kinder verstehen einfache Vergleiche. Vorbereitung spielerisch: Puppe oder Kuscheltier untersuchen lassen.

- „Der Heilpraktiker schaut, ob deine Knochen und Muskeln locker sind.“
- „Manchmal bewegt er dich ein bisschen so, dass es knackt – das ist wie wenn man die Finger knackt, und das tut meistens nicht weh.“
- „Wenn dir etwas unangenehm ist, sag sofort Bescheid.“

7–9 Jahre (Grundschule)

Kinder wollen mehr verstehen, haben aber noch konkrete Vorstellungen. Hilfreich: Behandlung als Teamarbeit darstellen.

- „Der Heilpraktiker untersucht dich mit den Händen, nicht mit Spritzen oder Medikamenten.“
- „Du kannst jederzeit fragen, wenn du etwas nicht verstehst.“
- „Es ist wichtig, dass du sagst, wie es sich für dich anfühlt.“

10–12 Jahre (ältere Kinder)

Kinder verstehen schon viel, möchten mitreden. Wichtig: ernst nehmen, in Entscheidungen einbeziehen.

- „Du wirst gründlich untersucht. Es kann sich manchmal komisch anfühlen, aber es sollte nicht richtig wehtun.“
- „Wenn du möchtest, kannst du selbst den Heilpraktiker fragen.“
- „Es gibt verschiedene Möglichkeiten, wie man behandelt. Deshalb ist es gut, dass wir vorher alles besprechen.“

3. Do's & Don'ts

Do's

- Ehrlich bleiben („Es kann ein bisschen ziehen.“)
- Kind ermutigen, Fragen zu stellen
- Sicherheit geben („Ich bin die ganze Zeit bei dir.“)

Don'ts

- Risiken verschweigen („Da passiert gar nichts!“)
- Angst machen („Sei brav, sonst tut es weh.“)
- Druck aufbauen („Du musst das machen!“)

4. Was Eltern noch wissen sollten

- Kinder können mit Angst oder Weinen reagieren → das ist normal.
- Brechen Sie ab, wenn das Kind nicht mehr möchte – und sprechen Sie das mit dem Heilpraktiker/Arzt durch.
- Bringen Sie ein vertrautes Kuscheltier oder Buch mit, um Sicherheit zu geben.
- Der Therapeut achtet aufmerksam auf die Signale Ihres Kindes. Bitte ermutigen Sie Ihr Kind, jederzeit zu sagen, wenn es etwas nicht möchte. Auch Sie als Eltern können die Behandlung jederzeit unterbrechen.