



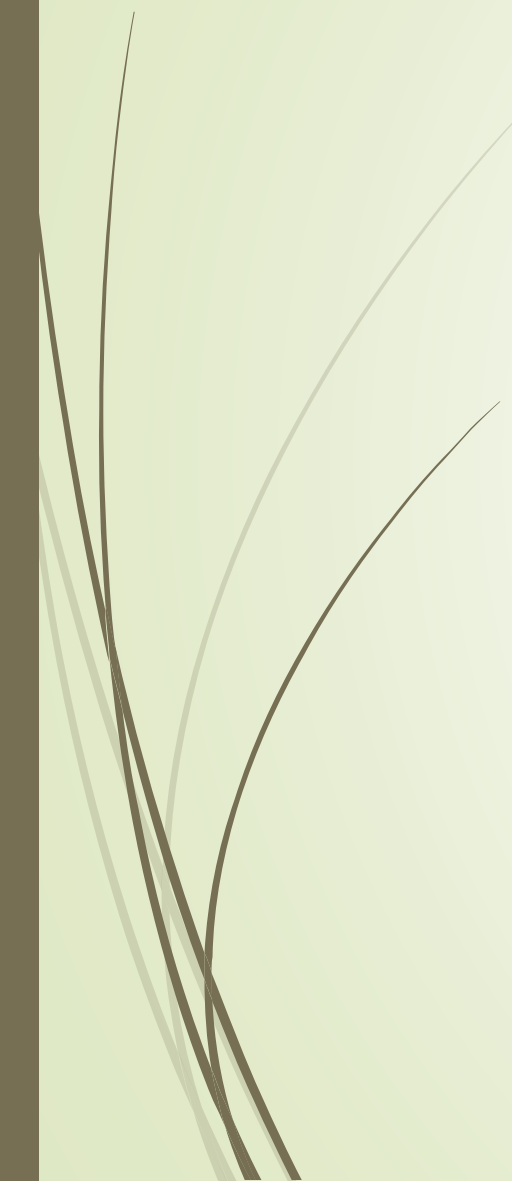
Beratung in Erziehungsfragen – Spitex Einsiedeln Ybrig Alpthal

Tipps und Tricks für entspanntes Nägelschneiden, Haarewaschen ...

Eltern-Kind Treff 17.03.2016



Tipps und Tricks für...

- Nägelschneiden bei Babys und Kleinkinder
 - Windelwechselprozedur
 - Zähneputzen
 - Baden
 - Haarebürsten
 - Haarewaschen
 - Haareschneiden
- 



Nägelschneiden



- ▶ Bei Babys erst ein Thema, wenn die Nägel nicht mehr so weich sind, dass sie sich von selbst kürzen
- ▶ Möglichkeit wenn die Kinder schlafen
 - ▶ Nachteil: Dunkel im Zimmer, Verletzungsgefahr deshalb grösser, Kinder wachen zum Teil auf.
- ▶ Positiv Verknüpfen mit einem Lied, Sprüchli, Geschichtli
- ▶ Nagelknipser mögen Kinder häufig lieber als Scheren
- ▶ Nägel am Besten nach dem Baden schneiden, dann sind sie weicher.
- ▶ Motivation für kleine Prinzessinen: Nägel lackieren als Belohnung (evt. Durchsichtig und kindertauglich). Das geht nur bei schönen und sauberen Nägeln
 - ▶ Gibt Nagellack speziell für Kinder



Windelnwechselprozedur

- Irgendwann kommt der Zeitpunkt, wo Kleinkinder mobiler werden und keine Zeit mehr haben für Windeln wechseln.
- Ablenken während dem Windeln wechseln mit Büechli, Spielzeug etc.
- Evt. Wickeln nicht mehr auf dem Wickeltisch sondern auf dem Boden oder auch auf dem Sofa.



Zähneputzen

- Weiche Zahnbürste und Zahnpasta verwenden, die dem Kind gut schmeckt.
- Zähneputzen koppeln mit etwas Angenehmen (z.B. Vorsingen, Sprüchli aufsagen)
- Mit zwei Zahnbürsten putzen. Eine darf das Kind in der Hand halten und die andere Zahnbürste Mami oder Papi
- Wenn es nur noch ein Kampf ist mit Zähneputzen ein paar Tage aussetzen und dann komplett die Situation wechseln und noch einmal probieren.
 - z.B. auf dem Sofa während das Gutenachtgeschichtli läuft.
 - Das Geschichtli läuft wenn das Kind gut mitmacht und das Geschichtli macht Pause, wenn das Kind nicht hinhält.



Zahnbürstenspiel

- ▶ Auch ein Spiel erleichtert das Zähneputzen.
 - ▶ Mami oder Papi putzt die Zähne und plötzlich wird die Zahnbürste verrückt und putzt Backen, Kinn, Nase, Stirn etc. Das geht Blitzschnell und anschliessend wird gleich weitergeputzt als ob nichts gewesen ist.
 - ▶ Lässt sich dann grad mit dem Gesicht waschen danach verbinden 😊



Elektrische Zahnbürste

- Manchmal hilft auch das Umsteigen auf eine elektrische Bürste.
- Altersangabe ab 3 Jahren aber geht auch schon früher.
- Je nach Modell z.B. mit Musik nach jeweils einer Minute.
- Wichtig: Kleine Bürste und abgerundete Borsten, da Zahnfleisch noch sehr empfindlich.

- Vorteile:
 - Es lässt sich ein wenig schneller gründlich putzen
 - Die Kinder sind häufig motivierter



Wie lange soll ich nachputzen?

- ▶ In der Regel müssen Mami und Papi noch nachputzen, nachdem das Kind sich selbst die Zähne geputzt hat.
- ▶ Grund: Kleine Kinder sind motorisch noch nicht so geschickt, dass sie es selbst schon gründlich machen können.
- ▶ Faustregel: Wenn die Kinder Schnüerlischrift/Basisschrift können in der Schule, dann klappt es auch gut mit der Motorik beim Zähneputzen.



Händewaschen

- Am Besten Rituale einführen
 - IMMER vor dem Essen
 - IMMER wenn man nach Hause kommt
 - IMMER nach dem Kind auf dem WC war.
- Bilderanleitung, wie die Hände gewaschen werden helfen
 - Aufhängen, so dass es gut sichtbar ist.
- Kinder mögen oftmals feste Seife
 - Verschiedene Formen
 - Evt. Seife mit Spielzeug darin
 - Seife selber herstellen zusammen mit den Kindern.



Haare bürsten



- ▶ Gerade bei Mädchen mit längeren Haaren ist das Konfliktpotential hoch beim Haare bürsten und immer wieder eine Herausforderung. Zieht es und macht weh ist der Bogen bald schon überspannt und die Geduld am Ende.
 - ▶ Prinzessinnen-Spray z.B. in Migros oder Coop. Erleichtert das Durchkämmen der langen Haare und vereinfacht das Bürsten ohne grosses Ziepen.
 - ▶ Spiel «was ich heute wieder in den Haaren finde»
 - ▶ Kleber
 - ▶ Morgenessen
 - ▶ Froschspucke... Das war sicher wieder dein Stofftierli XY ☺
 - ▶ Experimentieren mit verschiedenen Haarbürsten, z.B gibt es spezielle für Lockenkinder oder nasse Haare lassen sich leichter kämmen.
 - ▶ Rollentausch. Kinder finden es toll, wenn sie auch die Haare vom Mami oder Papi bürsten dürfen.

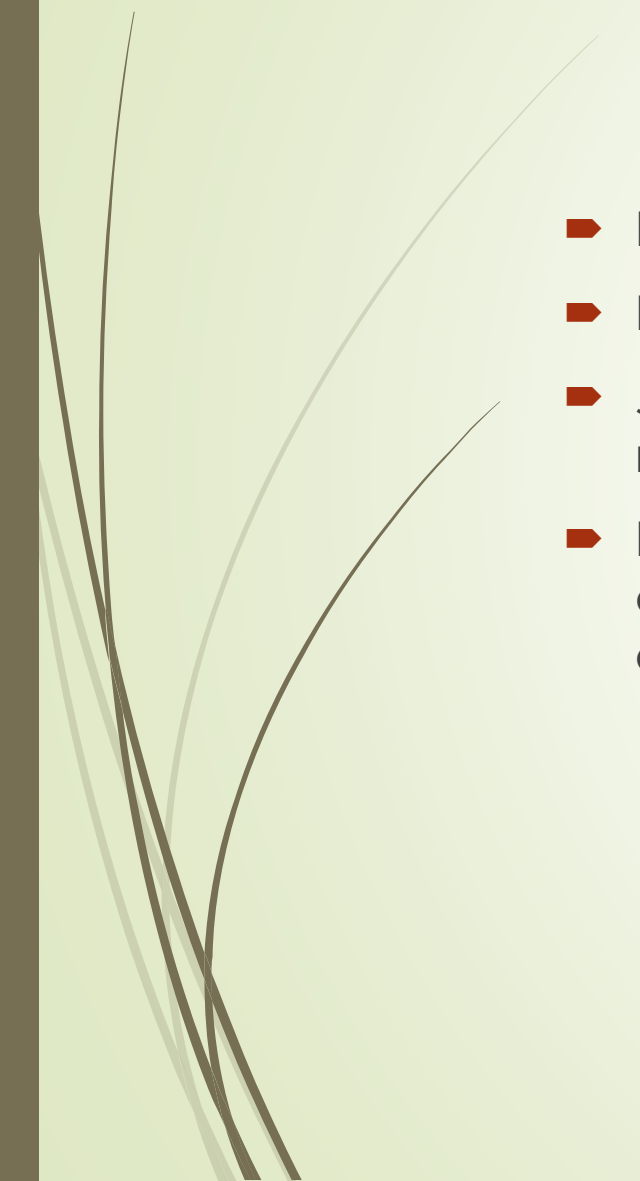


Haarewaschen

- Die Rückwärtsmethode
 - Ein Arm unter den Rücken schieben und mit der Hand den gegenüberliegenden Arm umfassen, so liegen die Kinder bequem. Mit der freien Hand die Haare nass machen, einseifen und abspülen (Brause oder Eimerchen, Giesskanne)
- Waschlappen vor den Augen verhindert, dass Shampoo und Wasser hineinlaufen.
- Auf der Stirn und Oberhalb von den Augen ein wenig Vaseline eincremen, so läuft das Wasser nicht in die Augen.
- Manchmal geht's nicht ohne Geschrei, dann Augen zu und durch.
 - Evt. für eine Weile die Haare nicht mehr oder weniger oder mit nur Wasser waschen.



Haareschneiden

- Es gibt Coiffeursalons, die auch auf Kinder spezialisiert sind.
 - Evt. Haareschneiden auf dem Schoß von Mami oder Papi.
 - Jeweils schon einmal bei einem Coiffeurbesuch von Mami oder Papi mitnehmen.
 - Kinder haben zum Teil Angst vor dem Haareschneiden. Vielleicht bietet sich da zu Demonstrationszwecken die Möglichkeit, ein ganz wenig von Mamis oder Papis Haaren zu schneiden oder die einer Puppe.
- 



Bei weiteren Fragen stehe ich Ihnen sehr gerne zur Verfügung...

- Telefonische Beratung für alle Gebiete jeweils am Mittwochnachmittag 13.30 bis 17.00 Uhr unter der Telefonnummer 055 418 28 71
- Persönliche Beratung nach Voranmeldung jeweils am Mittwochnachmittag 14.00 bis 18.00 Uhr
- Email erziehungsberatung@spitexeinsiedeln.ch
- Homepage www.spitexeinsiedeln.ch unter Dienstleistungen/Beratung in Erziehungsfragen