

# Zähneputzen

Welche versteckten Herausforderungen kann es dabei geben?

## Gustatorisch

- Zahnpaste schmeckt zu scharf.
- Zahnpaste ist nicht scharf genug.
- Geschmack der Zahnpaste wird abgelehnt.

## Interozeption

- Angst vor Unbekannten, neuen Situationen, neuen Anforderungen.



## Visuell

- Abneigung gegenüber der Zahnpastefarbe oder Zahnbürstenfarbe.
- Abneigung gegenüber dem Badezimmer (Farbe, Licht).

## Auditiv

- Angst vor oder Schmerzen von dem Geräusch der Zahnbürste auf den Zähnen.
- Angst oder Schmerzen vor dem Surren der elektrischen oder infrarot Zahnbürste.



## Vestibulär



- Lageveränderungen lösen Panik oder Unbehagen aus.
- Gleichgewicht halten ist schwierig, folglich schwierig sich aufrecht beim Zähneputzen zu halten.

## Propiozeption



- Kieferöffnen wird als schmerhaft oder anstrengend empfunden.



## Olfaktorisch

- Geruch der Zahnpaste ist zu intensiv oder nicht intensiv genug.
- Das Badezimmer riecht zu intensiv.

## Taktil



- Kühle durch das Menthol zu viel oder zu wenig.
- Borsten der Zahnbürste zu schmerhaft (weil Impuls zu viel oder zu wenig).

# Lösungsvorschläge

Um genau zu wissen, welche Herausforderungen auf dein Kind zutreffen, ist es wichtig die Wahrnehmung deines Kindes zu verstehen.

## Gustatorisch

### Interozeption

- Ohne Druck: Abläufe visualisieren, selbst Vormachen, immer wieder besprechen und zeigen.
- Lieblingsfilm oder Buch mit Zähneputzen wiederholt anschauen.

- Zahnpaste wechseln und testen ob andere besser akzeptiert werden (auch gegen Empfehlung des Zahnarztes. Schlechtere Zahnpaste ist besser als keine Zähne putzen).

## Visuell

### Auditiv

- Alternative versuchen: Standardzahnbürste, elektrischen oder infrarot Zahnbürste-vielleicht wird ein Geräusch eher akzeptiert.
- Lieblingsmusik auf die Ohren während des Zähneputzens.

- Andere Zahnbürstenfarbe, vielleicht auch mit Lieblingsmotiv.
- Zahnpaste einfarbig oder bunt (testen, was passt).
- Badezimmer wechseln, wenn möglich. Sonst Licht aus/an, Badematte in Lieblingsfarbe oder ähnliches.

## Vestibulär

- Zahnbürste kommt zum Kind (bspw. auf's Sofa).
- Kind setzt sich auf einen Stuhl oder Boden beim Zähneputzen.
- Kind legt sich auf den Boden zum Zähneputzen.

### Propriozeption

- Druck- oder thermale Massagen am und um den Kiefer (wenn's zugelassen und als wohltuend empfunden wird).

## Olfaktorisch

### Taktil

- Unterschiedliche Zahnpaste mit unterschiedlichen Gerüchen testen.
- Das Badezimmer lüften und ggf. kein Frischhaltespray verwenden.

- Unterschiedliche Zahnbürsten und Zahnpasten durchtesten (nicht alles auf einmal verändern, sondern nur eine Komponente und mehrfach mit einer veränderten Komponente testen).

